

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ

ਏਸੇ ਕਲਮ ਤੋਂ :

- *ਅਰਦਾਸ : ਦਰਸ਼ਨ, ਰੂਪ, ਅਭਿਆਸ* (ਧਰਮ ਸ਼ਾਸਤਰ)
- *ਵਿਸ਼ਵ ਅਰਦਾਸ* (,,)
- *ਸਦਾ ਵਿਗਾਸ* (,,)
- *ਅਸਲੇ ਤੇ ਉਹਲੇ* (ਕਾਵਿ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- *ਇਹ ਮੇਰੇ ਸੰਸੇ ਇਹ ਮੇਰੇ ਗੀਤ* (,,)
- *ਸਿਮਰਤੀ ਦੇ ਕਿਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ* (,,)
- *ਕਰੁਣਾ ਦੀ ਛੋਹ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ* (,,)
- *ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਾਂ ਦੇ ਸਰੋਵਰ 'ਚੋਂ* (,,)
- *ਸਤਿ ਸੁਹਾਣ* (,,)
- *ਨਾ ਇਹ ਗੀਤ ਨਾ ਬਿਰਹੜਾ* (,,)
- *ਬਿਰਖੈ ਹੇਠ ਸਭ ਜੰਤ* (,,)
- *ਗੀਤ ਮੇਰਾ ਸੋਹਿਲਾ ਤੇਰਾ* (,,)
- *ਮੇਰੀ ਸਾਹਿਤਕ ਸ੍ਵੈ-ਜੀਵਨੀ* (ਆਤਮ ਕਥਾ)
- *ਕੋਈ ਨਾਉਂ ਨ ਜਾਣੈ ਮੇਰਾ* (ਕਾਵਿ ਸ੍ਵੈ-ਜੀਵਨੀ)
- *ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਤਾਸੇ* (ਬਾਲ-ਗੀਤ)
- *ਅਚੇਤਨ ਦੀ ਲੀਲ੍ਹਾ* (ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨ)
- *ਸੁਗੰਧ ਆਬਨੂਸ ਦੀ* (ਲੋਕ-ਸਾਹਿਤ)
  (ਅਫ਼ਰੀਕਨ ਲੋਕ ਗੀਤ)
- *ਪੰਜਾਬੀ ਹਾਸ ਵਿਲਾਸ* (,,)
- *Spiritual Heritage of the Punjab*
- *Nitnem : Divine Intimations*
- *Basking in the Divine Presence : Jaap Sahib*
- *Guru Granth Sahib and its Context* (Edited)
- *Pilgrimage to Hemkunt* (Illustrated)
- *The Prophet of Devotion* (,,)
- *Guru Gobind Singh* (,,)
- *The Poetics of Guru Granth Sahib* (Edited) – in press

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ

ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਜ਼
ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

GURMAT MANOVIGYAN

[The Sikh Metaphysics of Mind]

by

JASWANT SINGH NEKI
52, HEMKUNT COLONY, NEW DELHI - 110 048
Mobile : 98716-28810
E-mail : jsneki@gmail.com Website : www.jsneki.com

ISBN 81-7205-443-2

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦਸੰਬਰ 2009

ਮੁੱਲ : 300-00 ਰੁਪਏ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ :

ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਜ਼

ਬਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ - 143 006

S.C.O. 223-24, ਸਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ - 143 001

E-mail : singhbro@vsnl.com
Website : www.singhbrothers.com

ਛਾਪਕ :

ਪ੍ਰਿੰਟਵੈੱਲ, 146, ਇੰਡਸਟ੍ਰੀਅਲ ਫ਼ੋਕਲ ਪੁਆਇੰਟ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ

ਭਗਤ ਕੇਸਰ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਦੀ

ਸੁਹਾਵੀ ਯਾਦ ਨੂੰ

ਸਮਰਪਿਤ

ਧੰਨਵਾਦ

ਪਹਿਲਾ ਧੰਨਵਾਦ ਆਪਣੇ ਗੁਰਪੁਰਵਾਸੀ ਵੀਰ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਪਰਕਾਸ਼ ਸਿੰਘ ਹੋਰਾਂ ਦਾ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਬਾਰੇ ਪੁਸਤਕ ਲਿਖਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਆ।

ਮੇਰੇ ਹਾਰਦਿਕ ਧੰਨਵਾਦ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਬੰਗਲੌਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋ. ਰਾਮਚੰਦ੍ਰ ਰਾਓ ਵੀ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਭਾਰਤੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਬੇਅੰਤ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਮੈਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ।

ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਾਹਿਬ ਦਿੱਲੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਖਰੜੇ ਨੂੰ ਟਾਈਪ ਕਰਨ ਹਿੱਤ ਇਕ ਟਾਈਪਿਸਟ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਰੱਖਿਆ।

ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਸ: ਜੇ.ਐੱਸ. ਆਨੰਦ ਸਾਹਿਬ, ਚੀਫ਼ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਤਯ ਸਦਨ ਦਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਖਰੜੇ ਨੂੰ ਵਾਚ ਕੇ ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਕ੍ਰਿਤਾਰਥ ਕੀਤਾ।

ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਸਾਥਣ ਕੰਵਰਜੀਤ ਜੀ ਦਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸਭ ਘਰੋਗੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰ, ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਵਿਹਲ ਜੁਟਾਈ।

ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਸੁਹਿਰਦ ਮਿੱਤਰ ਸ: ਗੁਰਸਾਗਰ ਸਿੰਘ, ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਜ਼, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਜੀ ਦਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਛਾਪਣ ਦਾ ਬੀੜਾ ਉਠਾਉਣਾ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ।

ਤਤਕਰਾ

ਉੱਥਾਨਿਕਾ

1.

ਪੱਛਮ ਵਿਚ ਧਰਮ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਧਿਐਨ ਨੇ ਸਮੁੱਚੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਲਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੁਝ ਉੱਘੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦਾ ਇਸ ਪਾਸੇ ਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਇਸ ਪੱਖ ਦਾ ਜਤਨ ਧਰਮ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਪੱਖ ਤੋਂ ਨਖੇੜ ਕੇ ਵਿਚਾਰਨ ਵੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਰੋਕਾਰ ਨੂੰ ਧਰਮ ਦੇ ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਮੰਨਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦਾ ਮੂਲ ਮਨੋਰਥ ਧਰਮ ਦੇ ਨਿਰੋਲ ਮਾਨਸਿਕ ਅਰਥ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹੈ। ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਗਿਆਨ-ਸ਼ਾਖਾਵਾਂ ਦੀ ਧਰਮ ਦੇ ਪਾਰਗਾਮੀ ਅਨੁਭਵ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਹੋ ਪਾਈ। ਪਰ ਧਰਮ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪੱਖ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਭਵੀ ਪੱਖ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਸੇ ਵਿਚ ਪੱਛਮੀ ਧਰਮ-ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਵੱਡੀ ਕਮੀ ਰਹਿ ਗਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

2.

ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਵੱਡੀ ਕਮੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੀ ਇਹ ਲਾਲਸਾ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਧਾਰਾਵਾਂ ਵਾਂਗ ਸੁਨਿਸਚਿਤ ਵਿਗਿਆਨ (exact science) ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਏ। ਇਹ ਲਾਲਸਾ ਗ਼ਾਲਬਨ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਗਾਸ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਤੈਕਨਾੱਲੋਜੀ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਕਾਰਨ ਉਪਜੀ ਸੀ। ਪਰ ਐਸਾ ਵਿਗਿਆਨ ਤਾਂ ਮਿਣਨ ਮਾਪਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਸੀ। ਸੋ, ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਮਿਣਨ ਮਾਪਣ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਪੈ ਗਿਆ। ਆਪਣੇ ਆਰੰਭਕ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਧਰਮ ਨੂੰ ਆਤਮਪਰਕ ਵਿਉਂਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਮਝਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਅੰਤਰਝਾਤ (insight) ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਜ-ਵਿਧੀ ਸੀ। ਓਦੋਂ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਜ ਸਾਈਕੀ (psyche) ਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਸਾਈਕੀ ਵਿਚ ਰੂਹ ਤੇ ਮਨ ਦੋਵੇਂ ਅਨਿਖੜ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਮਿਲਤ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਪਰ, ਥੋੜੇ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਉਸ ਨੇ ਰੂਹ ਦਾ ਭਾਗ ਕੇਵਲ ਪਾਦਰੀਆਂ ਲਈ ਛੋੜ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਕੇਵਲ ਮਨ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਨ ਤੇ ਖੋਜ ਹੀ ਆਪਣਾ ਮਨੋਰਥ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਅੰਤਰਝਾਤ ਅਜੇ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਖੋਜ-ਸਾਧਨ ਸੀ। ਮਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤਰਝਾਤ ਰਾਹੀਂ ਅਨੁਭਵ ਤਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ, ਮਾਪਿਆ-ਤੋਲਿਆ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਸੁਨਿਸਚਿਤ ਵਿਗਿਆਨ ਬਣਨ ਲਈ ਮਾਪਣਾ-ਤੋਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਆਤਮਪਰਕ ਰਹਿਣਾ ਲਾਹੇਵੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਲੱਗਾ, ਵਸਤੂਪਰਕ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਪਦਾ ਸੀ। ਸੋ, ਉਸ ਨੇ ਮਨ ਦੇ ਅੰਤਰੀਵ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਥਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਰੂਪ, ਵਿਹਾਰ (behaviour) ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਪਰ ਅਧਿਆਤਮ ਵਿਚ ਤਾਂ ਨਿਰੋਲ ਅਨੁਭਵ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਹੈ। ਮਾਪਣ ਜੋਗਾ ਤਾਂ ਕੁਝ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਧਰਮ ਦੇ ਸਹੀ ਅਸਲੇ ਦਾ ਹਾਥ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਿਆ।

3.

ਪੱਛਮ ਦਾ ਧਰਮ-ਵਿਗਿਆਨ ਆਪਣੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਧਰਮ ਤੋਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਥਿੜਕ ਗਿਆ। ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਉਥੋਂ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੀ ਖੋਜ-ਚਿੰਤਨਾ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਜਿਹਾ ਸਰਵੇਖਣ ਏਥੇ ਅਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਸੁਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਵਿਲੀਅਮ ਜੇਮਜ਼ ਨੇ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਿੱਟੇ ਜ਼ਰੂਰ ਕੱਢੇ। ਉਸ ਨੇ ਸੰਸਥਾਨਕ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਧਰਮ ਵਿਚ ਨਖੇੜਾ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਸੰਸਥਾਗਤ ਧਰਮ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਦਾਚਾਰਕ ਪੱਖ ਉਪਰ ਅਸਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਧਰਮ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਤੇ ਰੋਗਾਤਮਿਕ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਵਿਚ ਅੰਤਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ। ਉਹ ਧਰਮ ਦਾ ਵੱਡਾ ਲਾਭ ਉਸ ਦੀ ਉਪਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਪਣੇ ਉਪਯੋਗਵਾਦ ਦੇ ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਵਿਚ ਜਕੜੀ ਰਹਿ ਗਈ।

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਹੀ ਐਡਵਿਨ ਸਟਾਰਬੱਕ ਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਲੀਆਂ (questionnaire) ਦੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਨਾਲ ਧਰਮ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਉਹ ਆਪ ਆਪਣੀਆਂ ਹੀ ਪੂਰਬ-ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਦੇ ਫੰਦੇ ਵਿਚ ਫਸ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਗਲੌਕ ਤੇ ਸਟੌਰਕ ਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਲੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਧਰਮ ਦੇ ਪੰਜ ਪਰਿਣਾਮ ਨਖੇੜੇ—ਸਿਧਾਂਤਕ, ਬੌਧਿਕ, ਨੈਤਿਕ, ਕਰਮਕਾਂਡੀ ਤੇ ਅਨੁਭਵੀ। ਉਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹੀ ਜੇਮਜ਼ ਲਿਊਬਾ ਨੇ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਵਰਗੀ ਅਵਸਥਾ ਅਉਸ਼ਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ ਐਸੇ ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਕਾਰਨ ਮਸਤਕ ਅੰਦਰ ਰਸਾਇਣਕ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੋ ਜਾਣ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤਾ।

ਯਾਂ ਪਿਆਜੇ ਤੇ ਲਾਰੈਂਸ ਕੁਹਲਬਰਗ ਨੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਗਾਸ ਦੀਆਂ ਛੇ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਹ ਹਨ :

1. ਅੰਤਰਗਿਆਨ ਦਾ ਬਾਹਰਵਾਰ ਪ੍ਰਖੇਪਣ (Intuitive Projective)
2. ਸੰਕੇਤਕ ਸ਼ਾਬਦਕ ਅਵਸਥਾ (Symbolic Literal)
3. ਸੰਜੋਗਾਤਮਕ ਰੀਤੀਵਾਦ (Synthetic Conventional)
4. ਵਿਅਕਤਿਤਵੀਕਰਣ (Individuating)
5. ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਅਨੁਭਵ (Paradoxical/Conjunctive)
6. ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕੀਕਰਣ (Universalising)

ਜਰਮਨੀ ਦੇ ਵਿਲਹੈਲਮ ਵੂੰਡਟ ਨੇ ਆਚਾਰ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਧਰਮ-ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਚਾਰ ਪੜਾਅ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਕੋਇਮ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦਰੇ ਅਨੁਭਵੀ ਤੇ ਕਦਰੇ ਖ਼ਿਆਲੀ ਤੱਥਾਂ ਉਪਰ ਉਸਰਦਾ ਦਰਸਾਇਆ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਵੀ ਕੋਈ ਨਿਸਚੇਜਨਕ ਸਿੱਟੇ ਨਹੀਂ ਕੱਢੇ।

ਕੋਫ਼ਕਾ ਤੇ ਸਟਾਹਲਿਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਖੋਜ-ਜਤਨਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਟਾ ਇਹ ਕੱਢਿਆ ਕਿ ਧਰਮ ਦਾ ਭਾਵ ਕੋਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭਾਵ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਜਟਿਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਬੌਧਿਕ ਛਿਨ ਤੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹਉਂ ਦਾ ਰਲਵਾਂ ਸੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੀਆ ਦੇ ਜਗਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕ ਸਿਗਮੰਡ ਫ਼ਰਾਇਡ ਆਪ ਨਾਸਤਕ ਸੀ ਤੇ ਧਰਮ ਨੂੰ ਨਿਰਾ ਭਰਮ ਗਰਦਾਨਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਧਰਮ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਵੀ ਨਿਰਾ ਅਨਿਸਚਿਤ ਲੱਗਦਾ ਸੀ। ਕਾਰਲ ਯੁੰਗ, ਜੋ ਫ਼ਰਾਇਡ ਦਾ ਹੀ ਸਹਿਕਰਮੀ ਸੀ, ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਰਾਏ ਦਾ ਬੜਾ ਵਖੇਵਾਂ ਰੱਖਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਵੱਡੀ ਚਿੰਤਾ ਹੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਉਸ ਦੀ ਰੂਹ ਗੁਆਚ ਗਈ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਅੰਦਰਲੀ ਕਸ਼ਮਕਸ਼ ਵਿਚ ਫਸਿਆ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਗੁਆਚੀ ਰੂਹ

ਨੂੰ ਭਾਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਐਰਿਕ ਫ਼ਰਾੱਮ ਦੀ ਪੁਸਤਕ *Psychoanalysis and Religion* (ਮਨੋ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਤੇ ਧਰਮ) ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਤੇ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਜਾਪਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਰੂਹਾਨੀ ਉਜਾੜ ਵਿਚ ਤਕਨੀਕੀ ਤੰਤਰ ਹੱਥੋਂ ਪਈਆਂ ਚੁਨੌਤੀਆਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਤਲਬ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਗ੍ਰੈਨਸ਼ਟੈਡ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ *Psychology of Religion* (ਧਰਮ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ) ਵਿਚ ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਧਾਰਾਵਾਂ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਉਪਰ ਝਾਤ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੋਈ ਦੂਰ-ਰਸ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਕੱਢ ਸਕਿਆ।

ਸੰਖੇਪ ਵਿਚ ਪੱਛਮੀ ਧਰਮ-ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਉਪਰੋਕਤ ਤੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੇ ਜਤਨਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਧਰਮ ਦਾ ਕੋਈ ਸੁਨਿਸਚਿਤ ਅਰਥ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਿਆ।

4.

ਉਪਰਲਾ ਸੰਖੇਪ ਜਿਹਾ ਸਰਵੇਖਣ ਅਸਾਂ ਇਸ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੁ ਪੱਛਮੀ ਧਰਮ-ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕੀਏ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਰੁਝਾਣ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਕਾਰਨ ਭਾਲਣ ਵੱਲ ਹੀ ਰੁਚਿਤ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਧਾਰਮਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਮਾਰਮਿਕ ਅਨੁਭਵ ਵੱਲ ਨਹੀਂ। ਦੂਜਾ, ਇਹ ਕੇਵਲ ਬੌਧਿਕ ਛਾਨਬੀਨ ਹੀ ਕਰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਨਿਰੂਪਿਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਪੂਰਬੀ ਧਰਮ-ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ, ਚਾਹੇ ਉਹ ਵੇਦਾਂਤਕ ਹੈ, ਯੋਗਿਕ ਹੈ, ਬੋਧੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੈਨੀ, ਸਿੱਧਾ ਅਨੁਭਵ ਉਪਰ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ 'ਦਰਸ਼ਨ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਸਾਡਾ ਅਧਿਐਨ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਨਕ ਰੂਪ ਸਮਝਣ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਕਾਰਜ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਤੋਂ ਤਾਂ ਚੋਖੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਪਰ ਪੱਛਮੀ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤੀ ਨਹੀਂ। ਜਿਥੇ ਜਿਥੇ ਵਿਚਾਰ ਸੰਗਤ ਸਨ, ਅਸਾਂ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸੰਕੋਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਕੇਵਲ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮੌਲਿਕ ਸ੍ਰੋਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਹੈ। ਸੋ, ਸਾਡੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਮੂਲ ਆਧਾਰ ਵੀ ਇਹੋ ਗ੍ਰੰਥ ਹੀ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਅਸਾਂ ਟੂਕਾਂ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਦੀਆਂ ਵਾਰਾਂ 'ਚੋਂ, ਸ੍ਰੀ ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ 'ਚੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਹਿਤਨਾਮੇ 'ਚੋਂ ਵੀ ਵਰਤੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਵੱਡਾ ਸਿਧਾਂਤਕ ਆਧਾਰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਹੀ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਕੋਈ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਟੈਕਸਟ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ-ਭਗਤੀ ਦਾ, ਗੁਰੂਆਂ, ਭਗਤਾਂ, ਫ਼ਕੀਰਾਂ, ਭੱਟਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਰਚੇ ਦੈਵੀ ਸੰਗੀਤਕ ਕਾਵਿ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਐਸੇ ਬੋਲ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਮਹੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਤੇ ਵਿਆਖਿਆ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸਹੀ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਚ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਚੇਚੀ ਵਸਤ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਭਵੀ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨੂੰ ਯਥਾਸ਼ਕਤਿ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨਾ ਸਾਡਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਮਨ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਬੜਾ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਿਦਵਾਨ ਵੇਦਾਂਤਕ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਭਾਗ ਹੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੀ ਇਹ ਬੜਾ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਿਵ ਵੀ ਹੈ, ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਤੇ ਪੰਜਾਂ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਕਿਰਤ ਵੀ। ਇਹੀ ਜੀਉ ਵੀ ਹੈ, ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਵੀ।

ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਸਿਰਾ ਜੇ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਆਤਮਾ ਨਾਲ। ਇੰਜ ਇਹ ਇਕ ਪਾਸੇ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ, ਵਿਚਾਲੇ ਬੌਧਿਕ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਜੂਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੀ ਧਿਰੇ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਦਾ ਗ੍ਰਾਹਕ ਵੀ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਇਹ ਬੜਾ ਚੰਚਲ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਹੀ ਸਮਾਧੀ ਸਥਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹ ਇਕ ਤਕੜੀ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਵਸਤ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਅਸਾਂ ਇਸ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਇਸ ਦੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਹੀ ਉਚਿਤ ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿਚ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਤੋਂ ਨਖੇੜਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸੋ, ਅਸਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਐਸਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਹੁਤੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਦਾ ਅੰਦਰਾ ਖੋਖਲਾ ਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਤੇ ਉਹ ਸੰਕਲਪ ਓਪਰੇ ਤੇ ਮਨਸੂਈ ਜਿਹੇ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੇ।

5.

ਸ਼ੁਰੂ ਅਸਾਂ ਜੀਵਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤ ਪੰਜ ਖੰਡਾਂ ਦੇ ਸਿਖਰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ 'ਤੇ। ਵਿਚਾਲੇ ਦੋ ਸੌ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੋਰ ਇੰਦਰਾਜ ਹਨ, ਜੋ ਆਪੋ ਵਿਚ ਲੜੀਵਾਰ ਬੱਝੇ ਹੋਏ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਮਨ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ, ਉਸ ਦਾ ਸੁਭਾਉ, ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਪਰਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਭਟਕਾਉਂਦੇ ਵਿਕਾਰ ਤੇ ਵਿਆਧੀਆਂ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਦੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਦਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬੜਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤਿਤਵ, ਆਚਾਰ ਤੇ ਆਚਰਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੰਕਲਪ ਹਨ। ਆਚਰਣਕ ਗੁਣ ਤੇ ਅਉਗਣ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਚਾਰੇ ਗਏ ਹਨ। ਸੁਭਾਵਿਕ ਆਚਰਣਕ ਹੋੜਾਂ—ਸ਼ਰਮ, ਲੱਜਾ, ਪਛਤਾਵਾ—ਦਾ ਵੀ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਸਾਧਨ, ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦੇ ਰੰਗ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵਾਪਰਦੇ ਬੰਧਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਜੁਗਤ, ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਪਾਸਾਰ ਤੇ ਅਨੁਭਵ, ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਮੁਕਤੀ ਤੋਂ ਉਪਰਾਂਤ ਦੀ ਬਾਤ ਵੀ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਚ ਨਵੇਕਲੀ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨਿਰੂਪਣ ਤੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਉਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਵਰਣਮਾਲਾ (spectrum) ਨੂੰ ਵਿਭਿੰਨ ਪਰਿਪੇਖਾਂ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀ ਵਰਣਮਾਲਾ ਦੇ ਰੰਗ ਇਕ ਦੂਜੇ ਵਿਚ ਅਨਿਖੜ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਵਰਣਮਾਲਾ ਦੇ ਪੱਖ ਵੀ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਮੁੱਚੇ ਸਿਲਸਿਲੇ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਮੱਦਾਂ ਨੂੰ ਨੰਬਰ ਕ੍ਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਰੱਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਪੋ ਵਿਚ ਵਾਪਰਦਾ ਸੰਬੰਧ ਸੁਝਾਉਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਡਾ ਪਰਿਸ਼੍ਰਮ ਇਹ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਸਮੇਤ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੈਰ-ਟੂਕਾਂ ਦੇ ਇਕ ਪੰਨੇ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮੇਟ ਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਉਂ ਕੀਤਿਆਂ ਹੀ ਸੰਖੇਪਤਾ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਗ ਦਰਸਾਉਣ ਹਿਤ ਦੋ ਜਾਂ ਵੱਧ ਪੰਨੇ ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਹਰ ਹਾਲ ਜਤਨ ਇਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜੀਂਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਕਲਪਾਂ ਦੀ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮਝੀ ਗਈ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਰਸੀਏ ਇਸ ਨਿਮਾਣੇ ਜਿਹੇ ਜਤਨ ਨੂੰ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾਲਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਗੇ।

ਗੁਰੂ ਪੰਥ ਦਾ ਸੇਵਕ,
ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ

1.0 ਜੀਵਨ

ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹਰ ਜੀਵਨ ਬੁੜ-ਜੀਵਾ ਹੈ ? ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਹਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੀਵਨ ਇਕ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੁਝ ਵਸਤਾਂ ਜੜ੍ਹ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਚੇਤਨ। ਚੇਤਨ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜੀਵਿਤ ਮੰਨਦੇ ਆਏ ਹਾਂ। ਇਹ ਵੀ ਮੰਨਦੇ ਆਏ ਹਾਂ ਕਿ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਅੰਦਰ ਜੀਵਨ ਸ਼ਾਇਦ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, ਪਰ ਧਰਤੀ ਆਪ ਚੇਤਨ ਨਹੀਂ, ਜੜ੍ਹ ਹੈ।

ਇਕ ਪਲ ਲਈ ਅਨੁਮਾਨੋਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਸਾਥੋਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਕੋਹ ਥੱਲੇ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਉਪਰੋਂ ਅਨੰਤ ਸੁੰਨ ਵਿਚ ਤੈਰਦੀ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸੱਚ ਜਾਣੋ, ਇਹ ਭੌਤਿਕ ਗ੍ਰਹਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਂਦਾ ਭਾਸੇਗਾ—ਜਿਵੇਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਮੱਧਮ ਮੱਧਮ ਸਾਹ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਸਾਹਵੇਂ ਅੱਖਾਂ ਝਮਕਾਂਦੀ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਮੇਘ ਜਿਉਂਦੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ਿਆਂ ਵਾਕਰ ਵਰਜ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਵਾਕਰ ਆਪਣੀਆਂ ਮੇਢੀਆਂ ਤੇ ਗੁੱਤਾਂ ਗੁੰਦਦੀਆਂ ਲੱਗਣਗੀਆਂ ਤੇ ਪਰਬਤਾਂ ਦੇ ਸਿਲਸਿਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਦੇ ਜਾਲ ਵਿਚ ਲਪੇਟਦੀਆਂ ਦਿੱਸਣਗੀਆਂ। ਇਸ ਦੇ ਸਾਗਰ ਵੀ ਜਿਉਂਦੇ ਦਿੱਸਣਗੇ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਸਹਿਰਾ ਵੀ ਤੇ ਜੰਮੇ ਹੋਏ ਭਾਰੇ ਬਰਫ਼ ਤੋਦੇ ਵੀ। ਧਰਤੀ ਸੱਚਮੁੱਚ ਜੀਵਿਤ ਲੱਗੇਗੀ। ਇਸ ਚੇਤੰਨ ਗ੍ਰਹਿ 'ਤੇ ਖਲੋਤਾ ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਆਕਾਸ਼ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਤਾਰੇ ਲਟਕਾਉਂਦਾ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ। ਆਤਮਾ ਤੇ ਮਨ ਦੀ ਵੱਡੀ ਫੁਲਵਾੜੀ ਖਿੜੀ ਦਿੱਸੇਗੀ।

ਸੱਚ ਜਾਣੋ, ਸਾਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦਾ ਸਮੱਗਰ ਸਮਝਣਾ ਸਾਡੀ ਵਿਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਬਾਤ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਖ਼ਤ ਜਾਨ ਵੀ ਬੜੀ ਹੈ ਤੇ ਪਸਰੀ ਹੋਈ ਵੀ ਬੇਹੱਦ। ਇਸ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹਰਥੇ ਹੈ, ਇਕ ਕਿਸੇ ਜ਼ੱਰੇ ਵਿਚ ਵੀ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਸੂਰਜ ਵਿਚ ਵੀ। ਇਹ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਘਟਨਾ ਹੈ—ਜੋ ਪਈ ਨਹੀਂ ਹੋਈ, ਲਗਾਤਾਰ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਹਰਥੇ ਦ੍ਵੰਦ ਵਾਪਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਸੱਜੇ-ਖੱਬੇ, ਉਪਰ- ਥੱਲੇ, ਚਾਨਣ-ਹਨੇਰਾ, ਚੰਗਾ-ਭੈੜਾ, ਨਰ-ਨਾਰੀ, ਸ਼ਿਕਾਰ-ਸ਼ਿਕਾਰੀ, ਪਦਾਰਥ-ਊਰਜਾ ਇਤਿਆਦਿ। ਇਹ ਲਗਾਤਾਰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਜਜ਼ਬ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਲਘੂ ਦੁਨੀਆਵਾਂ ਨਿਖੜਦੀਆਂ ਵੀ ਦਿੱਸਣਗੀਆਂ।

ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈਰਤ-ਜਨਕ ਮਰਮ ਇਸ ਵਿਚ ਦੈਵੀ ਰਹੱਸ ਦਾ ਜਾਪੇਗਾ, ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਥੰਮ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੀ ਥੰਮ੍ਹੀ ਖਲੋਤਾ ਹੈ—ਇਸ ਨੂੰ ਵੀ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਆਕਾਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ:

ਵਿਣੁ ਥੰਮ੍ਾ ਗਗਨੁ ਰਹਾਇ ਸਬਦੁ ਨੀਸਾਣਿਆ ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1279)*

ਹੁਣ ਜ਼ਰਾ ਮੁੜ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਉਤਰ ਆਈਏ। ਅਸੀਂ ਤੇ ਸਾਡੇ ਵਾਂਗ ਧਰਤੀ ਦੀ ਹਰ ਵਸਤ ਜੀਵਿਤ ਹੈ, ਪਰ ਮੌਤ ਉਸ ਦੇ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਉਕਰੀ ਪਈ ਹੈ:

ਮਰਣੁ ਲਿਖਾਇ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਆਏ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 685)*

ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਜਾਪੇਗਾ ਕਿ ਹਰ ਵਸਤ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਆਪਣਾ ਆਸਣ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਖ਼ਾਲੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1] ਕਿਸੇ ਦੀ ਥਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਆ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੀ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਵਾਹ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

---

1. ਜੋ ਆਇਆ ਸੋ ਚਲਸੀ ਸਭੁ ਕੋਈ ਆਈ ਵਾਰੀਐ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 474)*

1.1 ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਗਮਨ

ਦੁਨੀਆਵਾਂ ਦੇ ਖ਼ਮੀਰ ਦਾ ਇਕ ਅਣੂ ਜੋ ਅਰਬਦ ਨਰਬਦ ਦੇ ਅੰਧਕਾਰ ਵਿਚ ਛੋੜਿਆ ਗਿਆ ਇਹ ਝੱਗਾਂ ਛੋੜਦਾ ਕਿਥੋਂ ਆਇਆ ? ਜਦ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਉੱਤਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਤਾਂ ਚਿੱਤ ਉਦਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਅਸਪੱਸ਼ਟ ਅਨੁਮਾਨ ਬਥੇਰੇ ਹਨ।

ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿਨ-ਬਦਿਨ ਇਹ ਨਿਸਚਾ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਅਸਲ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਹਰੇਕ ਵਸਤ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਹਰ ਵਸਤੂ ਹਰਕਤ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਿਰਜਣ-ਵਿਸਰਜਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵੀ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਫ਼ਰਕ ਸਿਰਫ਼ ਇਤਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ 'ਜੀਆਂ' ਵਿਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜੀਵੰਤ ਮੰਨਦੇ ਆਏ ਹਾਂ, ਇਹ ਵਰਤਾਰੇ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਵਸਤਾਂ ਵਿਚ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਨਿਰਜੀਵ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ, ਇਹ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਸਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ—ਇਤਨੀਆਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਰਦਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਲੰਮੇਰਾ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਸਾਇੰਸ ਨੇ ਖੋਜ ਕੱਢਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਬਾਲੂ, ਕੀ ਗੀਟੇ, ਕੀ ਚੱਟਾਨਾਂ, ਕੀ ਸਾਗਰ, ਕੀ ਟਾਪੂ, ਕੀ ਨਦੀਆਂ, ਕੀ ਝੀਲਾਂ, ਕੀ ਬਰਫ਼ਾਨੀ ਤੋਦੇ, ਕੀ ਤੂਫ਼ਾਨ, ਕੀ ਜੁਆਲਾਮੁਖੀ, ਕੀ ਦਾਵਾ ਅਗਨ, ਸਭ ਦੇ ਅਣੂ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਟੁੱਟ-ਫੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਨਵੇਂ ਅਣੂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ ਤੁਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਸਨ ਕਿ ਜੁਗਾਂ-ਜੁਗਾਂਤਰਾਂ ਤਕ ਧਰਤੀ ਉਪਰ 'ਜੀਵਨ' ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀ ਜੁਗਾਂ-ਜੁਗਾਂਤਰਾਂ ਤਕ "ਅਰਬਦ ਨਰਬਦ ਧੁੰਧੂਕਾਰਾ"[1] ਹੀ ਵਰਤਦਾ ਰਿਹਾ, ਜਦ ਧਰਤੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਪਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਜਨ-ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਣੂ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆਂ ਤਾਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਚਿਰ ਹੀ ਹੋਇਆ ਹੈ; ਉਹ ਵੀ ਸ਼ਾਇਦ ਕੇਵਲ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਹੀ। ਹੋਰ ਕਹਿਕਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਇਦ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਜੀਵਨ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇਸ ਧਰਤੀ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਉਸ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ।

ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਵੀ ਜੇਕਰ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਵੀ ਧਰਤੀ ਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਸੀ ਘਟਣਾ। ਆਖ਼ਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੁਗਾਂ ਤੀਕ ਧਰਤੀ ਦਾ ਸਰਦਾ ਹੀ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਧਰਤੀ 'ਤੇ 'ਸੁੰਨ' ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ ਤੇ ਇਸੇ ਮੰਚ ਤੋਂ ਇਸ ਨੇ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਥਮ ਪ੍ਰਣਾਮ ਕੀਤਾ।

ਜੀਵਨ ਦੀ ਬਿਜਲਈ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਕਰਨੀ ਬੜੀ ਕਠਿਨ ਹੈ। ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਆਮਦ ਦਾ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਾਰਨ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੇ ਅਨੇਕਾਂ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਏ। ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਆਗਮਨ 'ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਅੰਦਰ ਲਗਾਤਾਰ ਇਕ ਨਿਰਾਕਾਰ ਅਦਿੱਖ ਸੱਤਾ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਆਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਜੀਵਨ-ਆਧਾਰ ਇਸ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਨਾਮ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।[2] ਨਾਮ ਦੇ ਆਧਾਰ ਬਿਨਾਂ ਜੀਵਨ ਕਦਾਚਿਤ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ।[3] ਨਾਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੋਈ ਕੀਮਤ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।

---

1. ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1035.
2. ਕੈਸੇ ਜੀਵਨੁ ਹੋਇ ਹਮਾਰਾ॥ ਜਬ ਨ ਹੋਇ ਰਾਮ ਨਾਮ ਅਧਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 329)*
3. ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤਾਂ ਜੀਵਾਂ ਤਨੁ ਮਨੁ ਥੀਵੈ ਹਰਿਆ॥੧॥ *(ਮੁੰਦਾਵਣੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1429)*

1.2 ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੇਡ

ਜੀਵਨ ਤਾਂ ਹੀ ਜੀਵਿਆ ਗਿਆ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਜੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਆਖ ਸਕੀਏ ਕਿ ਜੋ ਕੰਮ ਮਿਲਿਆ ਸੀ, ਸੋ ਮੁਕਾ ਲਿਐ।

ਜੀਵਨ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਵਿਸਤਾਰ ਦੇ ਭੇਤੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਕਾਇਲ, ਹੋਰ ਕਾਇਲ, ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਤਾਂ ਪਿੰਡ ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਸਾਂਝ ਬੜੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਨੁਰੂਪੀ ਗਈ ਹੈ।[1] ਦਿਨ-ਬਦਿਨ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਕੋਈ ਪਦਾਰਥਕ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਇਕ ਅਗਿਆਤ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਜਗਤ ਦੀਆਂ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਝੀਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਝਾਤ ਮਾਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਹ ਪਦਾਰਥਕ ਜਗਤ ਤੋਂ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਤੰਤੂ-ਨਸਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਵੱਸਦੀ, ਇਹ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਜੀਆਂ ਦੇ ਘੜੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਤੰਤੂ-ਨਸਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਭੌਤਿਕ ਤੇ ਰਸਾਇਣਕ ਵਿਗਿਆਨ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਲਈ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਮੁੜਨਾ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਸੱਜੇ, ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਵਿਚਾਰ ਮਨ ਅੰਦਰ ਕਿਵੇਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਬਿਲੌਰ (Crystals) ਕਦੋਂ ਸੋਚਣ ਜੋਗੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਕੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਐਸਾ 'ਆਪਾ' ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਗੁਲਾਬ ਦਾ ਫੁੱਲ ਵੀ ਜਾਣੂ ਹੈ ? ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰਹੱਸ ਬਾਰੇ ਆਮ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਾਰ ਨੂੰ ਲੁਕਾ ਕੇ ਇਸ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਅਧਿਆਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅੰਵਾਣਾ ਮਨੁੱਖ ਕਿਤੇ ਇਸ ਦੇ ਭੇਤਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਾ ਹੋ ਜਾਏ ਤੇ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪੁਚਾ ਦਏ—ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕਰਨਾ ਅੱਗੇ ਹੀ ਆਰੰਭ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਪੰਛੀ, ਗੰਡੋਆ ਤੇ ਕਾਢੇ ਜੋ ਕੁਝ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਡੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ। ਇਹ ਸਮੇਂ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸਰੀਰ ਰੂਪ, ਧਰਤੀ ਦੇ ਭੂਗੋਲ ਦਾ ਅਨਿੱਖੜ ਭਾਗ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਸਾਡੇ ਜਿਉਂਦੇ ਉਪ-ਗ੍ਰਹਿ ਦੀ ਅਦਿੱਖ ਬਿਲੌਰੀ ਸੰਰਚਨਾ ਦਾ ਖ਼ਾਕਾ ਖਿੱਚਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਕ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਐਸਾ ਜੀਵ ਹੈ, ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਖ਼ਤਰੇ ਬੀਜਣ ਦਾ ਸਾਲਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਵੀ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਈ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੱਚਾ-ਪਿੱਲਾ ਵਰਤਮਾਨ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੌੜ੍ਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਸਕੇਗਾ ਕਿ ਨਹੀਂ ? ਮਨੁੱਖ ਘੱਲਿਆ ਤਾਂ ਲਾਹਾ ਲੈਣ ਲਈ ਸੀ, ਪਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਸ ਕੁਫੱਕੜ ਵਿਚ ਲੱਗ ਤੁਰਿਆ ਹੈ ?[2] ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੇਡ ਕੈਸੀ ਖੇਡਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਤਾਂ ਸਮਾਂ ਹੀ ਦੱਸ ਸਕੇਗਾ। ਵੈਸੇ ਜੀਵਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਨਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਨਾ ਮਾੜਾ; ਇਹ ਤਾਂ ਬੱਸ ਚੰਗੇ ਜਾਂ ਮੰਦੇ ਕਰਮਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਮ ਖੇਤ ਹੈ।

---

1. ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ ਜੋ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਪੀਪਾ, ਪੰਨਾ 695)*
2. ਪ੍ਰਾਣੀ ਤੂੰ ਆਇਆ ਲਾਹਾ ਲੈਣਿ॥ ਲਗਾ ਕਿਤੁ ਕੁਫਕੜੇ ਸਭ ਮੁਕਦੀ ਚਲੀ ਰੈਣਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 43)*

1.3 ਜੀਵਨ ਮਨੋਰਥ

ਸਾਡੇ ਤੇ ਧਰਮ ਰਾਜ ਦੇ ਲੇਖੇ ਵਿਚਾਲੇ ਕੇਵਲ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅਰਥ ਦੇਣ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਮਨੋਰਥ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਜੋ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜਾਣ ਲੈਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰੀਏ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੁਝ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਅਉਸਰ ਹੈ, ਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਇਸ ਅਉਸਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਤੁਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[1] ਲੋਚਦੇ ਸੁੱਖ ਹਨ, ਪਰ ਅੱਗੇ ਦੁੱਖ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮੁਰਝਾਉਣ ਵਾਕਰ ਜਵਾਨੀ ਢਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[3] ਖਿੰਡਦੇ ਬੱਦਲਾਂ ਵਾਂਗ ਸਰੀਰਕ ਬਲ ਛੁੜਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਾਇਆ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਝੁਰੜਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਰ ਕੰਬਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪੈਰ ਥਿੜਕਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਨਿਗਾਹ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।[4] ਬਦਸ਼ਕਲ ਹੋਇਆ ਸਰੀਰ ਮੌਤ ਦੇ ਬੂਹੇ 'ਤੇ ਖਲੋਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਮਨੁੱਖ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ :

ਚਬਣ ਚਲਣ ਰਤੰਨ ਸੇ ਸੁਣੀਅਰ ਬਹਿ ਗਏ॥
ਹੇੜੇ ਮੁਤੀ ਧਾਹ ਸੇ ਜਾਨੀ ਚਲਿ ਗਏ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1381)*

ਜਿਥੋਂ ਕਦੇ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਭੁਲਾਵਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ, ਉਥੇ ਹੁਣ ਸਿਰ ਉਪਰ ਕਹਿਰ ਮੰਡਰਾਂਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਭੁੱਲੜ ਲੋਕ ਦੁੱਖ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸਾਧਨ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਮ੍ਰਿਗ-ਜਲੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰੋਵਰ ਮੰਨਦੇ, ਭਰਮਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸਾਂ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਜਾਣਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਤਾਂ ਸੀ :

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ॥
ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*

ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਕਿ :

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ॥
ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*

ਹੋਰ ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਅਰਥ ਬਿਤਾ ਦੇਣੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਮਹਾਨ ਤ੍ਰਾਸਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਦੱਸਦਾ ਵੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਵਲ ਵੀ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਮਨਮੁਖ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਮਾਇਆ-ਗ੍ਰਸੇ ਮਨ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਗੁਰੂ ਤਾਂ ਸੱਚੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਚੱਲਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਦੀਵਾ ਫੜਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕਿ :

...ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1376)*

---

1. ਅਉਸਰੁ ਅਪਨਾ ਬੂਝੈ ਨ ਇਆਨਾ॥ ਮਾਇਆ ਮੋਹ ਰੰਗਿ ਲਪਟਾਨਾ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 738)*
2. ਸੁਖੁ ਮਾਂਗਤ ਦੁਖੁ ਆਗਲ ਹੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222)*
3. ਤਰਨਾਪੋ ਇਉ ਹੀ ਗਇਓ ਲੀਓ ਜਰਾ ਤਨੁ ਜੀਤਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1426)*
4. ਸਿਰੁ ਕੰਪਿਓ ਪਗ ਡਗਮਗੇ ਨੈਨ ਜੋਤਿ ਤੇ ਹੀਨ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1428)*

1.4.1 ਜੀਵਨ ਜੁਗਤਿ - 1

ਮਨੁੱਖ ਜਿਊਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਦੀ ਜਾਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ।

ਇਸ ਜਗਤ ਵਿਚ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਜੋਨੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਹਰੇਕ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤਿ ਹੈ।[1] ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੀਆਂ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜੁਗਤਾਂ ਪਛਾਣੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ— ਇਕ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੀ ਤੇ ਦੂਜੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੀ। ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤਿ ਆਮ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੁਗਤਿ ਵੱਲ ਕੋਈ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਦੁੱਤਰ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਹੀ ਭਟਕਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ:

ਸੰਗਿ ਸਹਾਈ ਸੁ ਆਵੈ ਨ ਚੀਤਿ॥ ਜੋ ਬੈਰਾਈ ਤਾ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ॥
ਬਲੂਆ ਕੇ ਗ੍ਰਿਹ ਭੀਤਰਿ ਬਸੈ॥ ਅਨਦ ਕੇਲ ਮਾਇਆ ਰੰਗਿ ਰਸੈ॥
ਦ੍ਰਿੜੁ ਕਰਿ ਮਾਨੈ ਮਨਹਿ ਪ੍ਰਤੀਤਿ॥ ਕਾਲੁ ਨ ਆਵੈ ਮੂੜੇ ਚੀਤਿ॥
ਬੈਰ ਬਿਰੋਧ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮੋਹ॥ ਝੂਠ ਬਿਕਾਰ ਮਹਾ ਲੋਭ ਧ੍ਰੋਹ॥
ਇਆਹੂ ਜੁਗਤਿ ਬਿਹਾਨੇ ਕਈ ਜਨਮ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਆਪਨ ਕਰਿ ਕਰਮ॥

(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 267)

ਇਹ ਸੰਸਾਰਕ ਜੁਗਤ ਇੱਛਾਵਾਂ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦੇ ਅੱਡੇ ਚੜ੍ਹੀ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੱਖੋਂ ਨਾ-ਮਰਜਾਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[2] ਇਹ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹੋਈ ਧਨ-ਸੰਪੱਤੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ, ਮਹਿਲ-ਮਾੜੀਆਂ ਉਸਾਰਨ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੇ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਤਨਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ਠੱਗੀ ਠੋਰੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇ, ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੰਸਾਰਕ ਸੰਬੰਧਾਂ—ਕੁਟੰਬ ਦੇ ਜੀਆਂ, ਦੋਸਤਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਆਦਿ—ਨਾਲ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਅਨੰਤ ਗੇੜਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[3]

ਐਸੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੇਂਦਰ ਹਉਮੈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[4] ਹਉਮੈ ਉਸ ਨੂੰ 'ਮੈਂ-ਮੇਰੀ' ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਣ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ। ਨਾਮ ਤੋਂ ਬੇਮੁਖ ਹੋਏ ਜੀਅ ਸੰਸਾਰਕ ਦੁੱਖਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਸਿੱਧਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ:

ਕਿਤੁ ਕਿਤੁ ਬਿਧਿ ਜਗੁ ਉਪਜੈ ਪੁਰਖਾ ਕਿਤੁ ਕਿਤੁ ਦੁਖਿ ਬਿਨਸਿ ਜਾਈ॥

(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 946)

ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ:

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜਗੁ ਉਪਜੈ ਪੁਰਖਾ ਨਾਮਿ ਵਿਸਰਿਐ ਦੁਖੁ ਪਾਈ॥

(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 946)

ਸੋ, ਹਉਮੈ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਸੰਸਾਰਕ ਜੁਗਤਿ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਐਸੀ ਭੈੜੀ ਹਾਲਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

---

1. ...ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ ॥ ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥
ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*
2. ਨਾ ਮਰਜਾਦੁ ਆਇਆ ਕਲਿ ਭੀਤਰਿ ਬਾਹੁੜਿ ਜਾਸੀ ਨਾਗਾ॥ *(ਪਹਰੇ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 74)*
3. ਜਨਮ ਮਰਣੁ ਉਸ ਹੀ ਕਉ ਹੈ ਰੇ ਓਹਾ ਆਵੈ ਜਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 999)*
4. ਜਿਨਿ ਰਚਿ ਰਚਿਆ ਪੁਰਖਿ ਬਿਧਾਤੈ ਨਾਲੇ ਹਉਮੈ ਪਾਈ॥ *(ਉਹੀ)*

1.4.2 ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ - 2

ਜਿਊਣਾ ਇਕ ਕਲਾ ਹੈ। ਪਰ ਐਸੀ ਕਲਾ ਨ ਖੇਡੀਐ ਜਿਤੁ ਦਰਗਹ ਗਇਆ ਹਾਰੀਐ।

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਸਾਧਾਰਨ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਇਆਵੀ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਵੀ ਮੋਹ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫਸਦੀ। ਉਹ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਦ੍ਵੰਦ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਰਖ ਤੇ ਸੋਗ, ਸੋਨਾ ਤੇ ਮਿੱਟੀ, ਮਾਨ ਤੇ ਅਪਮਾਨ, ਗ਼ਰੀਬੀ ਤੇ ਅਮੀਰੀ, ਸਭ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਜੁਗਤਿ ਰਾਹੀਂ ਜਿਊਣ ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ :

ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਆਤਮ ਉਦਾਸੁ॥ ਐਸੀ ਜੁਗਤਿ ਨਾਨਕ ਰਾਮਦਾਸੁ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਆਤਮ ਹਿਤਾਵੈ॥ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋਊ ਕਹਾਵੈ॥
ਤੈਸਾ ਹਰਖੁ ਤੈਸਾ ਉਸੁ ਸੋਗੁ॥ ਸਦਾ ਅਨੰਦੁ ਤਹ ਨਹੀ ਬਿਓਗੁ॥
ਤੈਸਾ ਸੁਵਰਨੁ ਤੈਸੀ ਉਸੁ ਮਾਟੀ॥ ਤੈਸਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤੈਸੀ ਬਿਖੁ ਖਾਟੀ॥
ਤੈਸਾ ਮਾਨੁ ਤੈਸਾ ਅਭਿਮਾਨੁ॥ ਤੈਸਾ ਰੰਕੁ ਤੈਸਾ ਰਾਜਾਨੁ॥
ਜੋ ਵਰਤਾਏ ਸਾਈ ਜੁਗਤਿ॥ ਨਾਨਕ ਓਹੁ ਪੁਰਖੁ ਕਹੀਐ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ॥

(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 275)

ਉਹ ਆਪ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ, ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਵੀ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪਣਾ ਸਾਂਗ ਵਰਤਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਉਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐਸੀ ਜੁਗਤਿ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪਛਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1]

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਤਮ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਨਹੀਂ, ਪਰਮਾਤਮ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਵਾਲੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਅਪਨਾਉਂਦੇ ਹਨ।[2] ਐਸੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਹੀ ਸੱਚ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤਿ ਉਪਜਦੀ ਹੈ।[3]

ਐਸੇ ਜੀਅ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਭੱਜਦੇ ਨਹੀਂ, ਰਹਿੰਦੇ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਹਨ। ਸੰਸਾਰਕ ਧਰਮ ਵੀ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਨੋਂ ਅਲਿਪਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਫਸਦੇ ਨਹੀਂ—ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਕਮਲ ਫੁੱਲ ਚਿੱਕੜ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ, ਗੰਧਲੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਖਲੋਤਾ, ਉਸ ਤੋਂ ਅਲਿਪਤ ਹੋਇਆ ਖਿੜਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਾਣੀ ਵੀ ਖਿੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਦੀ ਤਾਂ :

ਹਸੰਦਿਆ ਖੇਲੰਦਿਆ ਪੈਨੰਦਿਆ ਖਾਵੰਦਿਆ ਵਿਚੇ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤਿ॥

(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 522)

ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪੂਰਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੁਗਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[4]

---

1. ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਜਿਹ ਨਰ ਕਉ ਕੀਨੀ ਤਿਹ ਇਹ ਜੁਗਤਿ ਪਛਾਨੀ॥
   ਨਾਨਕ ਲੀਨ ਭਇਓ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿਉ ਜਿਉ ਪਾਨੀ ਸੰਗਿ ਪਾਨੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 633)*
2. ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਵਸਿ ਪ੍ਰਭੂ ਕੈ ਜੋ ਕਹੈ ਸੁ ਕਰਨਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 818)*
3. ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ॥
   ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*
4. ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰਿ ਭੇਟਿਐ ਪੂਰੀ ਹੋਵੈ ਜੁਗਤਿ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 522)*

1.5 ਜੀਵਨ ਤੇ ਸਚਿਆਰਤਾ

ਸਚਿਆਰਤਾ ਦਾ ਮੁੱਖੜਾ ਸੁੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਪਹਿਰਨ ਪਾਟਾ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਪਹਿਰਨ ਦੀ ਨੁਮਾਇਸ਼ ਵੱਲ ਹੀ ਰੁਚਿਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਚਿੰਤਾ-ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰ, ਮੋਹ-ਮਮਤਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ, ਅੰਦਰਲੀ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਵਿਚ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਜੋਤਿ-ਸਰੂਪ[1] ਹੈ, ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੇਤਨ ਹੋਣ ਵਿਚ ਹੀ ਗੁਰਮਤਿ ਹੈ। ਇਉਂ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਇਕ, ਪਦਾਰਥਕ ਤੇ ਭਾਵੁਕ ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹੋਣਾ ਸਦੀਵੀ ਸੱਚ ਵੱਲੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰਨ ਬਰਾਬਰ ਹੈ, ਤੇ ਸੱਚ ਨਾਲ ਆਸ਼ਨਾਈ ਬਾਝੋਂ ਜਨਮ ਬਿਰਥਾ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਪਦਾਰਥੀਕਰਣ ਕਰਨਾ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ-ਲਾਲਸਾਵਾਂ ਮਗਰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਨਾ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਆਤਮਘਾਤ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਧ੍ਰੋਹ ਤੇ ਦੁਸ਼ਟਤਾ ਵਾਲਾ ਕਸਾਈ-ਪੁਣਾ ਵੀ।[3] ਜਿਹੜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਚਿਆਰ ਹੋ ਕੇ ਜੀਵੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਧ੍ਰੋਹ, ਜਬਰ, ਜ਼ੁਲਮ, ਈਰਖਾ, ਨਫ਼ਰਤ ਜੈਸੇ ਕੂੜ-ਕਬਾੜ ਦੀ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋ ਕੇ ਤੁਰਦੀ ਹੈ।[4]

ਸਚਿਆਰ ਜੀਵਨ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਇਤਮੀਨਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਹੀ ਆਤਮ-ਸੰਜਮ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਅੰਦਰੋਂ ਖਲਬਲੀ ਤੇ ਉਕਸਾਹਟ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਦਕ, ਸੰਤੋਖ, ਵਿਸਾਹ, ਭਰੋਸੇ ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਘਾਲਨਾ ਰਾਹੀਂ ਸੱਚ-ਆਚਾਰ ਢਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚੇ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸੱਚ ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਰ ਸਥਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।[5] ਸੱਚ ਕੇਵਲ ਸਿਧਾਂਤਕ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤ ਨਾਲ ਹੈ। ਜੋ ਸੱਚ ਜੀਵਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ, ਅਥਵਾ ਆਚਰਣ ਵਿਚ ਢਲਿਆ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਸਰਬੋਤਮ ਨਹੀਂ। ਜੋ ਸੱਚ ਜੀਵਿਆ ਗਿਆ, ਅਥਵਾ ਆਚਰਣ ਦਾ ਭਾਗ ਬਣ ਗਿਆ, ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਉਹੀ ਸਰਬੋਤਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ॥
ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਹੈ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਮਾਣੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)*
2. ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*
3. ਆਤਮ ਘਾਤੀ ਹੈ ਜਗਤ ਕਸਾਈ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 118)*
4. ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ॥
ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 1)*
5. ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 62)*

1.6 ਜੀਵਨ ਤੇ ਮੌਤ ਦੀ ਮਹੱਤਾ

ਮਨੁੱਖ, ਅਸਲ ਵਿਚ ਮੌਤ ਪਾਸੋਂ ਨਹੀਂ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਾਸੋਂ ਡਰਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਬੰਦਾ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਤਾਣੀ ਤਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਜੇ ਕਦੇ ਇਕ-ਅੱਧ ਪੂਰੀ ਹੋ ਵੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਪੁੱਗਣੋਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਜਾਲ ਤਣਿਆ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਮੌਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਪਰਦੇ ਉਹਲੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੋਲਾ ਬਦਲ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਵਿਚ ਜਾ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਨਵੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਜਗਾਵੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰਨ ਦੇ ਜਤਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁੱਟ ਜਾਵੇ। ਇਹੋ ਕੁਝ ਬਾਰ ਬਾਰ ਹੋਈ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਰਨ ਤੋਂ ਡਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।[1]

ਪਰਮਾਰਥ ਵੱਲ ਲੱਗਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੇ ਮੌਤ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦੇ। ਉਸ ਨੂੰ ਦੋਵੇਂ ਮਾਇਆਵੀ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।[2] ਪਰਮਾਰਥਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਾਲੇ ਜਿਊੜੇ ਤਾਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[3] ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਅੰਦੇਸਾ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਦਾ।[4] ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਬੰਧਨ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੇਵਲ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਤੋਂ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਤਾਂ ਦੁੱਖਾਂ, ਭਰਮਾਂ, ਸੰਸਿਆਂ, ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਵੀ ਸਭ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ,[5] ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪਰਮ-ਪੁਰਖ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਥੇ ਉਸ ਇੱਛਾਪੂਰਕ ਦੀ ਮਿਹਰਾਮਤ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ :

> **ਇਛਾ ਪੂਰਕੁ ਸਰਬ ਸੁਖਦਾਤਾ ਹਰਿ ਜਾ ਕੈ ਵਸਿ ਹੈ ਕਾਮਧੇਨਾ॥**
> **ਸੋ ਐਸਾ ਹਰਿ ਧਿਆਈਐ ਮੇਰੇ ਜੀਅੜੇ ਤਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਮਨਾ॥**
>
> *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨੇ 669-70)*

ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਫਿਰ ਭਾਵੇਂ ਮਗਹਰ ਵਿਚ ਮਰੇ ਭਾਵੇਂ ਬਨਾਰਸ ਵਿਚ, ਉਸ ਨੂੰ ਰਤਾ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ :

> **ਬਹੁਤੁ ਬਰਸ ਤਪੁ ਕੀਆ ਕਾਸੀ॥ ਮਰਨੁ ਭਇਆ ਮਗਹਰ ਕੀ ਬਾਸੀ॥**
> **ਕਾਸੀ ਮਗਹਰ ਸਮ ਬੀਚਾਰੀ॥ ਓਛੀ ਭਗਤਿ ਕੈਸੇ ਉਤਰਸਿ ਪਾਰੀ॥**
>
> *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 326)*

---

1. ਮੈ ਨ ਮਰਉ ਮਰਿਬੋ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਅਬ ਮੋਹਿ ਮਿਲਿਓ ਹੈ ਜੀਆਵਨਹਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 325)*
2. ਇਆ ਮਾਇਆ ਮਹਿ ਜਨਮਹਿ ਮਰਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 252)*
3. ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਹਹੂ ਮਹਿ ਨਾਹੀ ਜਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਆਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 749)*
4. ਜਨਮ ਮਰਨ ਕੇ ਮਿਟੇ ਅੰਦੇਸੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 287)*
5. ਬੰਧਨ ਕਾਟਿ ਮੁਕਤਿ ਜਨੁ ਭਇਆ॥ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੂਖੁ ਭ੍ਰਮੁ ਗਇਆ॥
   ਇਛ ਪੁਨੀ ਸਰਧਾ ਸਭ ਪੂਰੀ॥ ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਸਦ ਸੰਗਿ ਹਜੂਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 289)*

2.0.1 ਮਨੁੱਖ - 1

ਮਨੁੱਖ ਇਹੋ ਸੋਚਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਸਲੋਂ ਹੈ ਕੀ ?

ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਹੋਰ ਜੂਨਾਂ ਇਥੇ ਹੋਈਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਿਗਾਸ ਕਰ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ :

ਕਈ ਜਨਮ ਭਏ ਕੀਟ ਪਤੰਗਾ॥ ਕਈ ਜਨਮ ਗਜ ਮੀਨ ਕੁਰੰਗਾ॥
ਕਈ ਜਨਮ ਪੰਖੀ ਸਰਪ ਹੋਇਓ॥ ਕਈ ਜਨਮ ਹੈਵਰ ਬ੍ਰਿਖ ਜੋਇਓ॥
ਮਿਲੁ ਜਗਦੀਸ ਮਿਲਨ ਕੀ ਬਰੀਆ॥ ਚਿਰੰਕਾਲ ਇਹ ਦੇਹ ਸੰਜਰੀਆ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 176)

ਮਨੁੱਖ ਵਰਗੇ ਜੀਵ ਨੂੰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਕਰੋੜਾਂ ਵਰ੍ਹੇ ਲੱਗ ਗਏ। ਤਾਂ ਵੀ ਧਰਤੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖ਼ਿੱਤਿਆਂ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਉਹ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜੀਆਂ ਵਰਗਾ ਜੀਅ ਹੀ ਸਮਝਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਛੱਡੋ, ਅੱਜ ਤੋਂ ਢਾਈ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਜਦ ਹੈਰੋਡੋਟਸ ਯੂਨਾਨ ਤੋਂ ਮਿਸਰ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਨੀਲ ਨਦੀ ਦੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਰਗਾ ਜਾਨਵਰ ਹੀ ਮੰਨਦੇ ਸਨ। ਆਪਣੀ ਸਿਕਦਾਰੀ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪਨਪਿਆ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਕਈ ਦੂਜੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਮੰਨਦੇ ਸਨ।

ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਿਕਦਾਰੀ ਦੇ ਸਾਧਨ ਬਣਦੇ ਗਏ। ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਛਲੀਆਂ ਦੋ ਟੰਗਾਂ 'ਤੇ ਖਲੋਣਾ ਆ ਗਿਆ, ਅਗਲੀਆਂ ਉਸ ਨੇ ਵਿਹਲੀਆਂ ਕਰ ਲਈਆਂ। ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਵੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਆਇਆ। ਹੁਣ ਉਸ ਦਾ ਅੰਗੂਠਾ ਸਾਰੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਸੋ, ਉਹ ਸੰਦ ਘੜਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਜੋਗਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਹ ਹੁਣ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਮਾਸ ਖਾਂਦਾ ਸੀ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੰਮ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਂਦਰਾਂ ਨਾਲ ਸਿਉਂ ਕੇ ਤਨ ਢੱਕ ਲੈਂਦਾ ਸੀ।

ਉਸ ਦਾ ਵਾਤ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਸੌੜਾ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਤਕੜੀ ਆਵਾਜ਼ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚੋਂ ਹਵਾ ਤਕੜੀ ਆਵਾਜ਼ ਕੱਢਦੀ ਹੈ, ਬਾਲਟੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਦੇ ਹੋਂਠ, ਜੀਭ ਤੇ ਤਾਲੂ ਦੇ ਪੱਠੇ ਵੀ ਵੱਧ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਏ। ਸੋ, ਉਸ ਪਾਸ ਬੋਲਾਂ ਦੀ ਸੁਵੰਨਤਾ ਆ ਗਈ। ਉਸ ਦਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਵੀ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਗਾਸ ਕਰ ਗਿਆ ਤੇ ਉਸ ਪਾਸ ਸ਼ਬਦ ਆ ਗਏ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਘੜਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਾ।

ਫਿਰ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੇ ਕਾਨੀ ਘੜ ਲਈ, ਮਸ ਬਣਾ ਲਈ ਤੇ ਲਿਖਤ ਸਾਜ ਲਈ। ਬੋਲੇ ਹੋਏ ਸ਼ਬਦ ਤਾਂ ਗੁਆਚ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਸਾਂਭੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਉਂ ਕਦਮ ਕਦਮ ਕਰ ਕੇ ਹੋਰ ਜੂਨਾਂ ਪੁਰ ਉਸ ਦੀ ਸਿਕਦਾਰੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਇਮ ਹੋ ਗਈ :

ਅਵਰ ਜੋਨਿ ਤੇਰੀ ਪਨਿਹਾਰੀ॥ ਇਸੁ ਧਰਤੀ ਮਹਿ ਤੇਰੀ ਸਿਕਦਾਰੀ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 374)

ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤਾਂ ਵਧੀ ਹੈ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵੀ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ। ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਜਿਤਨਾ ਸ਼ਕਤੀਵਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਤਨਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ।

2.0.2 ਮਨੁੱਖ - 2

ਅਨੰਤਤਾ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਮਨੁੱਖ ਕੱਖ ਵੀ ਨਹੀਂ; ਤੁੱਛਤਾ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ। ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਔਸਤ ਅਵਸਥਾ 'ਕੱਖ ਨਾ' ਤੇ 'ਸਭ ਕੁਝ' ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਹੀ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਖੜੀ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਬੜਾ ਵਚਿੱਤਰ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਉਹ ਇਸ ਧਰਤੀ ਦੇ 'ਧਰਮ ਖੰਡ' ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ:

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ॥ (ਸਮਾਂ)
ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ॥ (ਸਥਾਨ)
ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*

ਧਰਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚੋਂ ਰੂਪ ਤੇ ਗਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਰੂਪ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅੱਖਰ ਕ੍ਰਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ। ਰੂਪ ਤੇ ਗਤੀ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਭਾਸ਼ਾ। ਗਣਿਤ ਵੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੀ ਹੈ। ਭਾਸ਼ਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੂਨ ਸਾਰੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਦੀ ਸਿਰਦਾਰ ਹੋ ਗਈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਪਾਣੀ ਭਰਨੇ ਵਰਗੀ ਦਾਸਤਾ 'ਤੇ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।[1]

ਉਸ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵੀ ਹੋਰ ਜੂਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਤੇ ਸੂਖਮ ਹੈ। ਹੋਰ ਜੂਨਾਂ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਸਾਧਾਰਨ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਇਸ ਤੋਂ ਪਾਰਗਾਮੀ (transcendent) ਹੋਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਮਨੁੱਖਾ ਜਾਮੇ ਵਿਚ ਐਸੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਪਾਰਗਾਮਤਾ ਨਾਲ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾ ਜਾਂਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹਜ਼ਰਤ ਮੂਸਾ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇਉਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ।" ਮਹਾਤਮਾ ਬੁੱਧ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਨਾ ਹੋਂਦ ਤੇ ਨਾ ਨਿਹੋਂਦ, ਨਾ ਹੋਂਦ ਤੇ ਨਿਹੋਂਦ ਰਲ ਕੇ, ਤੇ ਨਾ ਹੋਂਦ ਤੇ ਨਿਹੋਂਦ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ ਅਸਤਿਤਵ ਦਾ ਅਰਥ ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਯਥਾਰਥ ਦਾ ਅਸਲਾ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਹੈ।" ਇਵੇਂ ਹੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਇਕ ਮਾਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰ ਹੋਏ—ਸੰਸਾਰੀ, ਭੰਡਾਰੀ ਤੇ ਨਿਆਂਕਾਰ। ਪਰ ਕੋਈ ਹੋਰ (ਅਥਵਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਲਗਾਈ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ (ਤਿੰਨੇ) ਉਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੇਖ ਸਕਦੇ।"[2] ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਪਾਰਗਾਮੀ ਵਿਚਾਰਵਾਨਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਈ ਕਿ:

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ॥
ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*

---

1. ਅਵਰ ਜੋਨਿ ਤੇਰੀ ਪਨਿਹਾਰੀ॥ ਇਸੁ ਧਰਤੀ ਮਹਿ ਤੇਰੀ ਸਿਕਦਾਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 374)*
2. ਓਹੁ ਵੇਖੈ ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*

2.1.1 ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਪਰਿਪੇਖ - 1

ਮਨੁੱਖ ਜੇ ਰੱਬ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਰੂਪ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਘੁਣਾਧੀ ਲੱਕੜੀ ਵਰਗਾ ਹੀ ਹੋਣਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਬਹੁ-ਪਰਤੀ ਹੋਂਦ ਹੈ, ਕਈ ਉਛਾੜਾਂ ਵਿਚ ਲਪੇਟੀ ਹੋਈ। ਅਨੇਕਾਂ ਉਛਾੜ ਇਸ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਉਪਰ ਪਰਦੇ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲੁਕੋਈ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲਾ ਉਛਾੜ ਦੇਹੀ ਦਾ ਉਛਾੜ ਹੈ—ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਠੋਸ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਭਾਰਾ ਪਰਦਾ! ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਨੂੰ ਬੜੀ ਵਾਰ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸੇ ਨਾਲ ਲਿਪਟਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[1] ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਇਸ ਕੱਚੀ ਦੇਹੀ ਉਪਰ ਮਨੁੱਖ ਬੜਾ ਅਭਿਮਾਨ ਕਰੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[2]

ਦੂਜਾ ਪਰਦਾ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਉਪਰ ਹੀ ਨਿਰਭਰ ਹੈ, ਸੋ ਪ੍ਰਾਣ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲਾ ਹਨ। ਪਰ ਮਨਮੁਖ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਉਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹ ਵਿਚ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਾਥਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਕਿ ਉਸ ਉਪਰ ਬੁਢੇਪਾ ਵੀ ਆਉਣਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਸੰਸਾਰ 'ਚੋਂ ਉਠ ਵੀ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਸੋ, ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[3]

ਤੀਜਾ ਪਰਦਾ ਮਨ ਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਸੰਕਲਪਾਂ-ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸੰਕਲਪਾਂ-ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਾਲੇ ਮਨ ਵਿਚ ਉਲਝਿਆ ਮਨੁੱਖ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਾ ਮੰਨ ਬੈਠਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਆਪਣੀਆਂ ਸੋਚਾਂ, ਆਪਣੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਚਾਲਕ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਮਨ ਤਾਂ ਟਿਕ ਕੇ ਬੈਠਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦਾ ਕੀੜਾ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਪਾਸੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਹੀ ਭੱਜਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ[4] ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਮਨੋਬਲ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰ ਸਕਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਭਾਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਅਗਲਾ ਪਰਦਾ ਗਿਆਨ-ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਏਕੀਕਰਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਤਰਕ ਤੇ ਦਰਸ਼ਨ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਤਰਕ ਤੇ ਦਰਸ਼ਨ ਸੰਸਾਰਕ ਗਿਆਨ ਹੀ ਜੁਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤੱਤ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਐਪਰ ਤੱਤ ਗਿਆਨ ਹੀ ਸਾਰੇ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਸਾਰ ਹੈ।[5]

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਉਛਾੜਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਤੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਉਛਾੜ ਮਿਥਿਆ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਉਲਝਿਆ ਮਨੁੱਖ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਸੁਆਮੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਪਰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਛੇਦ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਉਹੋ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

---

1. ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਾਣੈ ਇਹੁ ਤਨੁ ਮੇਰਾ॥ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਉਆਹੂ ਲਪਟੇਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 180)*
2. ਕਾਚੀ ਦੇਹ ਮਾਨੁਖ ਅਭਿਮਾਨੀ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 741)*
3. ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਮਨਿ ਆਗਲੜਾ ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਰਾ ਮਰਣੁ ਭਉ ਵਿਸਰਿ ਗਇਆ॥
   ਕੁਟੰਬੁ ਦੇਖਿ ਬਿਗਸਹਿ ਕਮਲਾ ਜਿਉ ਪਰ ਘਰਿ ਜੋਹਹਿ ਕਪਟ ਨਰਾ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ, ਪੰਨਾ 92)*
4. ਇਹੁ ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਵਸਿ ਨ ਆਵੈ॥ ਦੁਬਿਧਾ ਲਾਗੈ ਦਹ ਦਿਸਿ ਧਾਵੈ॥
   ਬਿਖੁ ਕਾ ਕੀੜਾ ਬਿਖੁ ਮਹਿ ਰਾਤਾ ਬਿਖੁ ਹੀ ਮਾਹਿ ਪਚਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 127)*
5. ਸਗਲ ਤਤ ਮਹਿ ਤਤੁ ਗਿਆਨੁ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1182)*

2.1.2 ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਪਰਿਪੇਖ - 2

ਮਨੁੱਖ ਭੌਤਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਟਾਕੀਆਂ ਤੇ ਥਿਗੜੀਆਂ ਦੀ ਬਣੀ ਚਿਤਕਬਰੀ ਵਸਤ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਟਾਕੀਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਵਜਾਂ ਤੋਂ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਬਦਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੇਹੀ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕੋਸ਼ੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਬਿਨਸਦੇ ਜਨਮਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਮਰ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਪਹਿਲਾਂ ਵਧਦਾ ਤੇ ਫਿਰ ਘਟੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਸਰੀਰ ਕਦੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਇੱਕੋ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਉਹ ਵੀ ਬੱਦਲਾਂ ਵਾਂਗ ਆਉਂਦੇ ਤੇ ਉੱਡ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਗੱਲ ਉਸ ਦੇ ਭਾਵਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਦੇ ਦਿਸਹੱਦੇ 'ਤੇ ਉਭਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਫਿਰ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਉਸ ਦਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵੀ ਬਣਨ-ਭੱਜਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੜੇ ਛੇਕ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਾਂਙੂ ਇਹ ਵੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਹੈ।

ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਰੇ ਤੇ ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਵੇਖਣਹਾਰ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਦ ਜੀਵਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਵੀ। ਇਹ ਕਾਇਆ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਕਾਇਆ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਵਾਲੇ ਨੂੰ 'ਆਤਮਾ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਸਭ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਆਪੇ ਹੋਏ ਨੂੰ 'ਪਰਮਾਤਮਾ'।[1] ਇਸ ਆਤਮਾ ਦੀ ਕਥਾ ਬੜੀ ਅਨੂਪ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਨਸ਼ਟ ਵੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ:

ਅਚਰਜ ਕਥਾ ਮਹਾ ਅਨੂਪ॥ ਪ੍ਰਾਤਮਾ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕਾ ਰੂਪੁ॥
ਨਾ ਇਹੁ ਬੂਢਾ ਨਾ ਇਹੁ ਬਾਲਾ॥ ਨਾ ਇਸੁ ਦੂਖੁ ਨਹੀ ਜਮ ਜਾਲਾ॥
ਨਾ ਇਹੁ ਬਿਨਸੈ ਨਾ ਇਹੁ ਜਾਇ॥ ਆਦਿ ਜੁਗਾਦੀ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ॥
ਨਾ ਇਸੁ ਉਸਨੁ ਨਹੀ ਇਸੁ ਸੀਤੁ॥ ਨਾ ਇਸੁ ਦੁਸਮਨੁ ਨਾ ਇਸੁ ਮੀਤੁ॥
ਨਾ ਇਸੁ ਹਰਖੁ ਨਹੀ ਇਸੁ ਸੋਗੁ॥ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਇਸ ਕਾ ਇਹੁ ਕਰਨੈ ਜੋਗੁ॥
ਨਾ ਇਸੁ ਬਾਪੁ ਨਹੀ ਇਸੁ ਮਾਇਆ॥ ਇਹੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਹੋਤਾ ਆਇਆ॥
ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਕਾ ਇਸੁ ਲੇਪੁ ਨ ਲਾਗੈ॥ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਦ ਹੀ ਜਾਗੈ॥

(ਗੋਂਡ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 868)

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਬੈਠੇ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਦੁਬਿਧਾ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਆਤਮਾ ਪਰਾਤਮਾ ਏਕੋ ਕਰੈ॥ ਅੰਤਰ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ ਅੰਤਰਿ ਮਰੈ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 661)

---

1. ਪੰਚ ਤਤੁ ਮਿਲਿ ਕਾਇਆ ਕੀਨੀ॥ ਤਿਸ ਮਹਿ ਰਾਮ ਰਤਨੁ ਲੈ ਚੀਨੀ॥
ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਰਾਮੁ ਹੈ ਆਤਮ ਹਰਿ ਪਾਈਐ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰਾ ਹੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1030)*

2.1.3 ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਪਰਿਪੇਖ - 3

ਇਹ ਕੇਵਲ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਦੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇਤਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਵਸਤੂਪਰਕ ਚੇਤਨਾ ਆਤਮ-ਪਰਕਤਾ ਨੂੰ ਛੂਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਬਾਹਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਗੌਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ ਇਸ ਦੇ ਉਪਕਰਣ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕੇਵਲ ਬਾਹਰਲੇ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਬੈਠੀ ਸਦੀਵਕਾਲੀ ਆਤਮਾ ਬਾਰੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਉਸ ਦਾ ਗਿਆਨ ਤਾਂ ਤਦੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਧਿਆਨ ਬਾਹਰੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਮੋੜ ਸਕੀਏ।[1]

ਆਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤਰਕ ਰਾਹੀਂ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਪੁਰ ਬੌਧਿਕ ਚਾਨਣ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਆਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਰ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਵਿਹਾਰ ਉਹਲੇ ਇਹੋ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਕਲਾ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨਾ ਕੁਝ ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਰ ਅੰਗ ਇਸ ਦੇ ਆਸਰੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਸੋਧਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵੀ ਇਸੇ ਆਸਰੇ ਕਿਰਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ, ਅੰਦਰ ਬੈਠੇ, 'ਅਸਲੇ' ਦੇ ਗਿਰਦ ਜੁੜੀਆਂ ਧੁੰਦਾਂ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਚੀਰ ਕੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕੀਏ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਦੇ ਮੰਗਲ ਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਆਪਣੀ 'ਹਉਮੈ' ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣਾ ਅਸਲ ਆਪਾ ਮੰਨੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ; ਉਸ ਦੇ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਕੂੜ-ਕਬਾੜ ਵਿਚ ਲੱਥਪੱਥ ਹੋਏ ਤੁਰੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[2] ਇਸ ਕੂੜ-ਕਬਾੜ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸੀਂ ਸੱਚ ਮੰਨੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।

ਸਾਡਾ ਅਸਲ ਆਪਾ ਅਥਵਾ 'ਆਤਮਾ' ਤਾਂ ਬੜੀ ਸੂਖਮ ਤੇ ਸਾਦਾ ਹੋਂਦ ਹੈ। ਇਹ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਹੋਂਦ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਕਲਪਿਤ ਸ਼ੈ ਵੀ ਨਹੀਂ; ਇਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੱਚੀ ਤੇ ਅਸਲੀ ਹੋਂਦ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਗਦੀ ਜੋਤਿ ਹੈ, ਨਿਰੋਲ ਚੇਤਨਾ। ਫਿਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬੱਝ ਸਕਦੀ—ਭਾਵ ਮੁਕਤ ਤੇ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਹਉਮੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਮੰਨੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਇਕ ਕੂੜਾਵੀ ਸ਼ੈ ਹੈ, ਅਸਲੋਂ ਮਨੋਕਲਪਿਤ, ਕੇਵਲ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ ਦਾ ਸੰਘਣਾ ਰੂਪ। ਇਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮ੍ਰਿਗ-ਜਲੀ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਜਾਪਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਹੁੰਦੀ ਨਹੀਂ। ਖਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਪਿਆਸਾ ਮਾਰਦੀ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਭਰਮ ਨਹੀਂ, ਸੱਚ ਹੈ। ਇਹੋ ਅਸਲ ਗਿਆਤਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ। ਹਉਮੈ ਕੇਵਲ ਸੰਸਿਆਂ ਵਿਚ ਫਸਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣਾ (ਕੂੜਾਵਾ) ਆਪਾ ਹੀ ਜਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਸਰਬ ਸੰਪੰਨ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਂਤ-ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ।[3]

---

1. ਬਾਹਰਿ ਜਾਤਾ ਭੀਤਰਿ ਆਨੈ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1160)*
2. ਇਹੁ ਸਰੀਰੁ ਮਾਇਆ ਕਾ ਪੁਤਲਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਦੁਸਟੀ ਪਾਈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 31)*
3. ਆਤਮਾ ਅਡੋਲੁ ਨ ਡੋਲਈ ਗੁਰ ਕੈ ਭਾਇ ਸੁਭਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*

2.2.1 ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪਰਿਪੇਖ - 1

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸਿਓਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਵਰਗੀ ਹੈ, ਵਿਚਾਲਿਓਂ ਸ਼ਹਿਰੀਆਂ ਵਰਗੀ ਤੇ ਉਪਰਲੇ ਸਿਰੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਵਰਗੀ। ਪਰ ਕੋਈ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਉਪਰਲੇ ਸਿਰੇ ਅਪੜਦੇ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਾਣਧਾਰੀ ਸਰੀਰ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਨੇਕਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਉਪਕਰਣ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇਹ ਆਪਣੇ ਨੇਮ ਵੀ ਸਾਧਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤੋਰਦੇ ਵੀ ਹਨ।

ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ, ਪ੍ਰਤੱਖਣ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਸੰਕਲਪਨਾਵਾਂ, ਇਰਾਦੇ, ਚਿਤਵਨੀਆਂ, ਉਸ ਦਾ ਚੇਤਾ ਤੇ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਕਾਇਮ ਯਾਦਾਂ, ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਦੇ ਭਾਵ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੇ ਘਬਰਾਹਟਾਂ, ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਗਿਆਨ, ਸੁਪਨੇ ਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਇਤਿਆਦਿ ਅਨੇਕਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਉਪਕਰਣ ਉਸ ਨੂੰ ਤੋਰੀ ਫਿਰਦੇ ਤੇ ਘੇਰੀ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੇਤਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਬੜਾ ਕੁਝ ਉਸ ਦੇ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਹੀ ਵਰਤਦਾ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਦਮਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਪੁਰਾਤਨ ਸੰਸਕਾਰ ਵੀ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਵਰਤਮਾਨ ਨੂੰ ਢਾਲਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਹ ਬਿਲਕੁਲ ਵਾਕਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਪਰ ਉਸ ਅੰਦਰ ਕਈ ਐਸੀਆਂ ਗੁਪਤ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਪ੍ਰਗਟ ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਕੂਤ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ। ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਰੂਆਂ, ਸੰਤਾਂ, ਮਹਾਤਮਾਵਾਂ, ਸਾਧੂਆਂ, ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਇਸ ਸੱਚ ਦੀਆਂ ਗਵਾਹ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਮਨੁੱਖੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਉੱਚ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਣਨਹਾਰ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਸਮਸਤ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਇਸੇ ਪੁਰ ਨਿਰਭਰ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮਨ ਤੇ ਤਨ ਵਿਚ ਵਾਪਰਿਆ ਹਨੇਰਾ ਹੀ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[1]

ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਪਰ ਲੁਪਤ, ਇਹਨਾਂ ਬੇਅੰਤ ਮਹਾਨ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਬਣੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹੀ ਸਾਰਾ ਸੱਚ ਮੰਨ ਕੇ ਬੈਠਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਆਪਣੀ ਸਾਧਾਰਨ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ। ਉਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀਆਂ ਕਈ ਨਵ-ਰਹਿਮਤਾਂ ਪਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਸਦਾ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵਸਤਾਂ ਸਮੇਟਣ, ਸੰਪੱਤੀ ਵਧਾਉਣ, ਹੋਰਾਂ ਪੁਰ ਹੁਕਮ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਵਿਚ ਹੀ ਜੁਟਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦੀ ਇਹ ਭੱਜਾ ਦੌੜੀ ਉਸ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਵਕਤ ਤਕ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੀ ਭੱਜਾ ਦੌੜੀ ਵਿਅਰਥ ਸੀ, ਪਰ ਆਖ਼ਰੀ ਸਾਹਾਂ ਦੇ ਪਛਤਾਵੇ ਨੂੰ ਫਲ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ। ਤਦ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਮਰ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਬੀਤ ਚੱਲੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਅਸਲ ਲਾਹਾ ਲੈਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਵਿਅਰਥ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।[2]

---

1. ਮਨਮੁਖ ਮਨੁ ਤਨੁ ਅੰਧੁ ਹੈ ਤਿਸ ਨਉ ਠਉਰ ਨ ਠਾਉ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 30)*
2. ਪ੍ਰਾਣੀ ਤੂੰ ਆਇਆ ਲਾਹਾ ਲੈਣਿ ॥ ਲਗਾ ਕਿਤੁ ਕੁਫਕੜੇ ਸਭ ਮੁਕਦੀ ਚਲੀ ਰੈਣਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 43)*

2.2.2 ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪਰਿਪੇਖ - 2

ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਲੋੜ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਪਈ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਹਜ ਭਾ ਸਮਝਣ ਜੋਗਾ ਹੈ ਨਹੀਂ।

ਬਹੁਤੇ ਮਨੁੱਖ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਮਹੱਤਵ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਸਾਧਾਰਨ ਬੁੱਧੀ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦੇ ਗਧੀ-ਗੇੜ ਵਿਚ ਹੀ ਪਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਭਟਕਣ ਵਿਚ ਭਟਕਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਹੀ ਪੜਤਾਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜਦ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਤੇ ਇਕਮਿਕ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਪੂਰਾ ਗਿਆਨ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਬੁੱਧੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬੜਾ ਸਿਆਣਾ ਮੰਨਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅਸਲੋਂ ਅਸ਼ਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[1] ਇਹ ਤਾਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਪੁਰ ਆਪਣਾ ਨਿਰਭਰ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਨੂੰ ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਲਿਆ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਂਦੀ ਤੇ ਸਿੱਟੇ ਕੱਢਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੀ ਜਕੜ ਤਕੜੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਤਾਂ ਪਰਮਾਰਥ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[2]

ਕੇਵਲ ਗੰਭੀਰ ਅੰਤਰ-ਝਾਤ ਤੋਂ ਹੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਾਧਾਰਨ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਪਰੇ ਵੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੇਤਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਡੂੰਘੇਰੀ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਹੀ ਗੰਭੀਰ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਰਾਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸੂਖਮ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆਂ ਬਾਹਰਲੇ ਮਾਇਆਵੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਪਿੱਛੇ ਭੱਜਾ ਦੌੜੀ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੀ ਅਸਲ ਧਨਵਾਨ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[3]

ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਹਉਮੈ ਵਾਲੀ ਅਹੰਬੁਧਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਧੱਸੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[4] ਇਸ ਮਤਿ ਵਾਲਾ ਆਪਣੇ ਵਰਗਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ।[5] ਐਸੀ ਅਹੰਬੁਧਿ ਵਿਚ ਕਮਾਏ ਹੋਏ ਕਰਮ ਰੇਤ ਦੇ ਘਰ ਉੱਤੇ ਡੋਲ੍ਹੇ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਵਾਂਗ ਸਮਝੋ।[6] ਹਉਮੈ ਵਾਲੀ ਬੁਧਿ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਬੰਧਨ ਹੀ ਬਣਦੀ ਹੈ।[7]

ਸਾਧਾਰਨ ਬੁਧਿ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੁੱਖ ਪਾਸ ਮਾਸੂਮ ਜਹੀ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਗਰੋਂ ਜਾ ਕੇ ਸੰਸਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਗਾੜ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਪਾਸ ਇਹ ਬਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਬਹੁਤ ਸੁਖੀ ਮਨੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਪਾਇਓ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਸੁਖੁ ਰੇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*

---

1. ਬੁਧਿ ਸਿਆਣਪ ਕਿਛੂ ਨ ਜਾਪੈ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 107)*
2. ਇੰਦ੍ਰੀ ਸਬਲ ਨਿਬਲ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਪਰਮਾਰਥ ਪਰਵੇਸ ਨਹੀ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 658)*
3. ਸੋ ਧਨਵੰਤਾ ਜਿਸੁ ਬੁਧਿ ਬਿਬੇਕ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1150)*
4. ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਹੁ ਸਘਨ ਮਾਇਆ ਮਹਾ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 502)*
5. ਹਮ ਬਡ ਕਬਿ ਕੁਲੀਨ ਹਮ ਪੰਡਿਤ ਹਮ ਜੋਗੀ ਸੰਨਿਆਸੀ ॥
ਗਿਆਨੀ ਗੁਨੀ ਸੂਰ ਹਮ ਦਾਤੇ ਇਹ ਬੁਧਿ ਕਬਹਿ ਨ ਨਾਸੀ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 974)*
6. ਅਹੰਬੁਧਿ ਕਰਮ ਕਮਾਵਨੇ ॥ ਗ੍ਰਿਹ ਬਾਲੂ ਨੀਰਿ ਬਹਾਵਨੇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 211)*
7. ਅਹੰਬੁਧਿ ਬੰਧਨ ਪਰੇ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਛੁਟਾਰ ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 255)*

2.3.1 ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਰਿਪੇਖ - 1

ਪੜ੍ਹਿਆ ਲਿਖਿਆ ਮੂੜ੍ਹ, ਅਨਪੜ੍ਹ ਮੂੜ੍ਹ ਕੋਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਮੂਰਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੂਰਖ ਪਛਾਣੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਉਹ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਆਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤੇ ਇੰਦਰੀਆਵੀ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਤਸਲੀਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਦੂਜੇ ਉਹ ਹਨ, ਜੋ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੇਵਲ ਧਰਮ-ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਅਧਿਅਨ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਮੂੜ੍ਹ, ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਕੇਵਲ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਭੇਤ ਪ੍ਰਾਪਤੰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਬੁੱਝਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[1] ਪੜ੍ਹਨ ਸੁਣਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[2]

ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਮੂਰਖਾਂ ਦੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਬਿਬੇਕ ਬਲਹੀਣ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾ ਲੋੜੀਏ, ਉਸ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੀਏ, ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰੀਏ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਜਾਣੀਏ। ਦੁਨੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਦੁਨੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤਾਂ ਨਿਭਾਈਏ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਨਾ ਹੋਈਏ। ਦੁਨੀਆਂਦਾਰੀ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਨਾਲ ਜੋੜ ਬਣਾਈ ਰੱਖੀਏ। ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਰੂਪ ਜਾਣ ਕੇ, ਆਤਮ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ, ਸਮਾਜ-ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਜੁਟੀਏ। ਇਉਂ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਈ ਲੋਕ ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦਾ ਭੇਸ ਬਣਾ ਲੈਣਗੇ, ਸੰਤਾਂ ਵਾਲਾ ਡੰਡ-ਕਮੰਡਲ ਪਕੜ ਲੈਣਗੇ ਜਾਂ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਮੁੰਦਰਾਂ ਪਹਿਨ ਲੈਣਗੇ; ਪਰ ਭੇਖ ਧਾਰਨ ਨਾਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਭੇਖ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਭਰਮਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੱਥ ਤਾਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਅੰਤ ਜਮਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਹੀ ਪੈਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[3] ਭੇਖਧਾਰੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨੇ ਭੇਖ ਕਿਉਂ ਨਾ ਕਰ ਲਵੇ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦੀ, ਸੋ ਉਹ ਕੇਵਲ ਹੰਕਾਰਿਆ ਹੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਹਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਜੋ ਕੇਵਲ ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਂਦਾ, ਉਹ ਤਾਂ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਵਿਚ ਹੀ ਫਸਿਆ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਾਮ ਉਸ ਦੇ ਅੰਤਰਾਤਮੇ ਵਿਚ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਪੜਿਐ ਨਾਹੀ ਭੇਦੁ ਬੁਝਿਐ ਪਾਵਣਾ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 148)*
2. ਪੜੇ ਸੁਨੇ ਕਿਆ ਹੋਈ॥ ਜਉ ਸਹਜ ਨ ਮਿਲਿਓ ਸੋਈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 655)*
3. ਭੇਖੀ ਹਾਥ ਨ ਲਧੀਆ ਸਭ ਬਧੀ ਜਮਕਾਲਿ॥ *(ਵਾਰੂ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*
4. ਬਹੁਤੇ ਭੇਖ ਕਰੈ ਭੇਖਧਾਰੀ॥ ਅੰਤਰਿ ਤਿਸਨਾ ਫਿਰੈ ਅਹੰਕਾਰੀ॥
   ਆਪੁ ਨ ਚੀਨੈ ਬਾਜੀ ਹਾਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 230)*
5. ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਜੇ ਕਰੇ ਨਾਮੁ ਨ ਕਬ ਹੀ ਪਾਇ॥
   ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਜੀਵਤੁ ਮਰੈ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)*

2.3.2 ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਰਿਪੇਖ - 2

ਸਮੁੰਦਰ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸੋਭਨੀਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਆਕਾਸ਼ ਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਕਾਸ਼ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸੋਭਨੀਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਨਾ ਹੀ ਕੇਵਲ ਸਰੀਰ ਹੈ, ਨਾ ਹੀ ਮਨ। ਉਹ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਦੋਹਾਂ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਜੋ 'ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ' ਤੇ 'ਮੇਰਾ ਮਨ' ਕਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਤਮਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਤਮਾ 'ਮੇਰਾ ਆਤਮਾ' ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਆਤਮਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਮਸਤ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਪਰਮ-ਆਤਮਾ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅਨਿਖੜ ਅੰਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਤੇ, ਜੋ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਹੈ, ਉਹੋ ਮੇਰੇ ਪਿੰਡੇ ਵਿਚ ਵੀ ਹੈ—ਗੱਲ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕੋਈ ਖੋਜਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਇਹ ਆਤਮਾ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਚੇਤਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਧਾ ਗਿਆਨ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਸਰੀਰ ਹੀ ਚੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਮਨ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਇਹ ਜੀਵਨ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ; ਮਨ ਅੰਦਰ ਜੋਤਿ ਬਣ ਕੇ, ਗਿਆਨ ਬਣ ਕੇ। ਮਨ ਅੰਦਰ ਜੋਤਿ ਇਸੇ ਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ।

ਇਸ ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁਖ ਮਨੋਰਥ ਹੈ। ਇਹੋ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਰਿਪੇਖ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬਾਕੀ ਸਭ ਕੁਝ ਕੇਵਲ ਧੰਧਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਅਸਲਾ ਲਖ ਲਿਆ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਭ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਸਵਾਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਓਹੀ ਅਸਲ ਗਿਆਨੀ ਹੈ।[3] ਉਹ ਫਿਰ ਅਭਿਮਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਨਿਮਰਤਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਕੇ ਸਭ ਕਾਸੇ ਦਾ ਜਾਣਨਹਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਜੋ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਸਿਆਂ ਵਿਚ ਰੁੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ ਦਾ ਅਦੁੱਤੀ ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤੋਂ ਵਾਕਫ਼ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ ਜੋ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਪੀਪਾ, ਪੰਨਾ 695)*
2. ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ਸੋ ਸਭਿ ਗੁਣ ਜਾਣੈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1056)*
3. ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਗਿਆਨੀ ਕੈਸਾ ਹੋਇ॥ ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ਬੂਝੈ ਸੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*
4. ਊਚਾ ਨਹੀ ਕਹਣਾ ਮਨ ਮਹਿ ਰਹਣਾ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਜਾਣੋ॥ *(ਅਲਾਹਣੀਆ ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 580)*
5. ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ॥
   ਜਿਸਹਿ ਜਗਾਇ ਪੀਆਵੈ ਇਹੁ ਰਸੁ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤਿਨਿ ਜਾਨੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 13)*

2.4.1 ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ - 1

ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ, ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੁਦਰਤ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਵੀ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿਰਜਿਆ ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ (=ਸਾਰ, essence) ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਦੂਜੀ ਥਾਵੇਂ ਫਿਰ ਉਸ ਨੇ ਕੁਦਰਤ ਸਾਜੀ। ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪਣਾ ਆਸਣ ਲਾ ਲਿਆ ਤੇ ਉਸ ਉਪਰ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋਇਆ।[1]

ਮਨੁੱਖ ਆਪ ਵੀ ਤਾਂ ਉਸੇ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਚੇਤਨਾ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਬੜਾ ਉਦਾਰ ਛਾਂਦਾ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਸਾਜੇ ਨੇਮਾਂ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿੱਚੋਂ ਖੋਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਉਹ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਦੇ ਨੇਮ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਹੈਰਤ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ "ਵਾਹ ! ਵਾਹ !" ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਕਬੂਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ :

ਬਿਸਮੁ ਭਏ ਬਿਸਮਾਦ ਦੇਖਿ ਕੁਦਰਤਿ ਤੇਰੀਆ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 521)*

ਤਦ ਉਸ ਨੂੰ ਇਉਂ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਤੇ ਹੋਰਥੇ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਗਿਆ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੀ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਬੈਠਾ ਹੋਇਆ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਣਾ ਹੁਕਮ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।[2] ਤਦ ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ, ਸਾਰੇ ਜੀਵ, ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖ ਉਸ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਬੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ।[3] ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਹੀ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਤ ਹੈ, ਨਾ ਕਾਦਰ ਦਾ। ਨਾ ਇਕ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਦੂਜੇ ਦੀ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪਾ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।[4] ਉਹ ਬਸ ਇਤਨਾ ਹੀ ਆਖ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਚੇ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*

---

1. ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨੈ੍ ਰਚਿਓ ਨਾਉ ॥
   ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*
2. ਜਿਨਿ ਜਗੁ ਸਿਰਜਿ ਸਮਾਇਆ ਸੋ ਸਾਹਿਬੁ ਕੁਦਰਤਿ ਜਾਣੋਵਾ ॥
   ਸਚੜਾ ਦੂਰਿ ਨ ਭਾਲੀਐ ਘਟਿ ਘਟਿ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣੋਵਾ ॥ *(ਅਲਾਹਣੀਆ ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 581)*
3. ...ਕੁਦਰਤਿ ਕੇ ਸਭ ਬੰਦੇ ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1349)*
4. ਕੁਦਰਤਿ ਹੈ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਇ ॥ ਜਾ ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਤ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 84)*

2.4.2 ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ - 2

ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਕਰਤਾਰ ਆਪਣੀ ਬੇਅੰਤ ਕਲਾ ਸਣੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਾਇਨਾਤ ਦਾ ਹਰੇਕ ਭਾਗ ਦੈਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਥਰਕ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋ, ਆਓ ਫੁੱਲਾਂ ਸੰਗ ਮੁਸਕਰਾਈਏ, ਘਾਹਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਵੀਆਂ ਮਖ਼ਮਲਾਂ ਸੰਗ, ਲਹਿਰਾਉਂਦੇ ਬੂਟਿਆਂ, ਵੇਲਾਂ ਤੇ ਛਮਕਾਂ ਸੰਗ ਰਸੀਏ। ਬਿਰਛਾਂ ਤੇ ਗੁਲਹਿਰੀਆਂ, ਆਲ੍ਹਣਿਆਂ ਤੇ ਪੰਛੀਆਂ, ਸੁੰਡੀਆਂ ਅਤੇ ਤਿੱਤਲੀਆਂ ਸੰਗ ਯਾਰੀਆਂ ਲਾਈਏ। ਵੱਸਦੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੇ ਧਰਮਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਸੰਗ ਰਹਸੀਏ। ਇਉਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅਮੀਰ ਕਰੀਏ ਤੇ ਕੁਦਰਤ ਸਾਜਣਹਾਰੇ ਤੋਂ ਬਲਿਹਾਰੀ ਜਾਈਏ,[1] ਜੋ ਕੁਦਰਤ ਸਾਜ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਆਪ ਵੱਸਿਆ ਬੈਠਾ ਹੈ।[2]

ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਕਿਉਂ ਸੁਹਾਉਂਦੇ ਹਨ ? ਪਰਤ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸਾਗਰ ਲਹਿਰਾਂ ਕਿਉਂ ਦਿਲ ਖਿੱਚਦੀਆਂ ਹਨ ? ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਅਸਮਾਨ ਕਿਉਂ ਸੁਹਾਵਣੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ? ਰੰਗਲੀਆਂ ਸੰਧਿਆਵਾਂ ਕਿਉਂ ਮਨਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ? ਟਿਮਟਿਮਾਉਂਦੇ ਤਾਰੇ ਕਿਉਂ ਚੰਗੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ? ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਅੰਦਰ ਅਵੱਸ਼ ਕੋਈ ਸੱਚਾ ਸੁੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ।[3] ਸਾਨੂੰ ਤਣਾਵਾਂ ਪਾ ਕੇ ਖਿੱਚੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦਾ ਨੂਰਾਨੀ ਚਿਹਰਾ ਲਿਸ਼ਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦੀ ਮਾਸੂਮੀ ਝਲਕਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਜੁਆਨੀ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਡਲ੍ਹਕਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਬੁਢੇਪੇ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦੀ ਸਿਆਣਪ ਝਲਕਦੀ ਹੈ। ਰੱਤੇ ਰੁਖ਼ਸਾਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਉਸੇ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਹੈ, ਝੁਰੜਾਏ ਚਿਹਰਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਉਸੇ ਦਾ ਦੀਦਾਰ। ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਸੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣ ਢਲਦੇ ਹਨ। ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਮਸਤਕ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਅਸਾਂ ਅੰਦਰ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਓਹੀ ਬਾਹਰ ਦੀ ਅਨੰਤਤਾ ਵਿਚ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ।[4]

ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਵਿਸਮਾਦ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਜਿਤਨੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਤੋਂ ਵਾਕਿਫ਼ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਵੱਲੋਂ ਅਨਜਾਣ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਨਵੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਔਸਤਨ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਪੰਛੀ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਭ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਪਖਵਾੜੇ ਕੋਈ ਜੀਵ। ਹਰ ਸਾਲ ਕੋਈ ਰੀਂਗਣ ਵਾਲਾ ਨਵਾਂ ਜੀਵ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਭ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਘੰਟੇ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਕੀਟ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤ ਵੀ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀ ਹੈ, ਰੰਗ ਵੀ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਹਨ।[5]

ਜੇਕਰ ਮਨੁੱਖ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਵੱਸਦੇ ਜੀਆਂ ਦਾ ਸਹੀ ਤਖ਼ਮੀਨਾ ਨਹੀਂ ਲਾ ਸਕਿਆ, ਤਾਂ ਸਾਗਰ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਿਆਂ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਕੁਦਰਤ ਕੇਵਲ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤਕ ਹੀ ਮਹਿਦੂਦ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਵਿਚ ਬਨਸਪਤੀ ਦੀ ਸੁਵੰਨਤਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਪਰਬਤ ਵੀ, ਚੱਟਾਨਾਂ ਵੀ, ਨਦੀਆਂ ਵੀ, ਤਾਲ ਵੀ, ਬੱਦਲ ਵੀ, ਵਰਖਾ ਵੀ, ਤੂਫ਼ਾਨ ਵੀ ਤੇ ਕਈ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵੀ।

ਕਰਤੇ ਨੇ ਤਾਂ ਸਭ ਕੁਝ ਸਿਰਜ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਦੀ ਸਰਬੋਤਮ ਕਿਰਤ (ਮਨੁੱਖ) ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਇਸ ਸਿਰਜਣਾ ਦੀ ਸੀਮਾ ਦਾ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਾ।

---

1. ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ॥ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 469)*
2. ਕੁਦਰਤਿ ਕਰਿ ਕੈ ਵਸਿਆ ਸੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 83)*
3. ਕਰਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮੁਸਤਾਕੁ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 724)*
4. ਸੋ ਅੰਤਰਿ ਸੋ ਬਾਹਰਿ ਅਨੰਤ॥ ਘਟਿ ਘਟਿ ਬਿਆਪਿ ਰਹਿਆ ਭਗਵੰਤ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*
5. ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ॥ ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*

3.0 ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਦੋ ਰਾਹ

ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜਿਊਂਦੇ ਹਾਂ, ਦਰਅਸਲ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਹੈ
ਕਿ ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਦੋ ਰਸਤੇ ਹਨ: ਇਕ ਲਿਵ ਦਾ, ਦੂਜਾ ਧਾਤ ਦਾ।[1] ਧਾਤ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦੁਨਿਆਵੀ ਭੱਜਾ ਦੌੜੀ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਇਹ ਅਵਿੱਦਿਆ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ—ਇਸ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਅਵਿੱਦਿਆ ਵਿਚ ਮਲੀਨਤਾ ਵਿਹਾਜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਅਵਿੱਦਿਆ ਕਾਰਨ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਜਿਹੇ ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[2] ਹਉਮੈ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹੀ ਸਾਡੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਵਿੱਦਿਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਵਿੱਦਿਆ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਸਾਨੂੰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਜਿਹੋ ਜਿਹੇ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਹੋ ਜੇਹੇ ਫਲ ਭੁਗਤਦੇ ਹਾਂ।[3] ਹਉਮੈ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਖ਼ਾਹਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਤੇ ਬੁੱਧ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਕਰਮ ਕਲੰਕਿਤ ਕਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਦੁੱਖ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ; ਪਰ ਦੁੱਖ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਮਨਮੁਖ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਵਿੱਦਿਆ ਬਿਬੇਕ ਨੂੰ ਵਿਗਸਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ ਤੇ ਕੇਵਲ ਬਿਬੇਕ ਪਾਸ ਹੀ ਚੰਗੇ-ਮੰਦੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲਿਵ ਪਿਆਰਵਾਨ ਧਿਆਨ ਦੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਲੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਮਾਤਾ ਦੇ ਉਦਰ ਵਿਚ ਪੁੱਠਾ ਲਟਕਿਆ ਹੋਇਆ ਵੀ ਲਿਵ-ਲੀਨ ਹੈ:

ਰੇ ਨਰ ਗਰਭ ਕੁੰਡਲ ਜਬ ਆਛਤ ਉਰਧ ਧਿਆਨ ਲਿਵ ਲਾਗਾ॥

(ਸ੍ਰੀਰਾਗ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)

ਲਿਵ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਸੂੱਛ ਚੇਤਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦੀ, ਕਿਸੇ ਵਸਤ ਦੀ ਚੇਤੰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਕ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਚੇਤੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਇਸ ਆਤਮ-ਚੇਤਨ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਹੀ ਲਿਵ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਸਿਵਾਏ ਆਤਮ-ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸਿਵਾਏ ਆਪਣੇ, ਉਹ ਕਾਸੇ ਦੀ ਚੇਤੰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਐਸੀ ਨਿਰੋਲ ਚੇਤਨਾ, ਐਸੀ ਲਿਵ, ਜਨਮ-ਛਿੰਨ ਤਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਨਮ ਲੈਂਦੇ ਸਾਰ ਛੁੜਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ—ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਊਂਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ। ਉਸ ਲਈ ਸਾਹ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਬਾਲਕ ਸਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਰੋਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਭੁੱਖ ਲਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਹਾਰ ਲਈ ਰੋਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਗਿੱਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੁੱਖ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੁੱਖ ਲਈ ਰੋਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਇਆ ਦਾ ਅਮਰ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ॥

(ਅਨੰਦੁ, ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 921)

ਇਹ ਅਮਰ ਕੇਵਲ ਜਨਮ 'ਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦਾ, ਫਿਰ ਉਮਰ ਭਰ ਵਰਤੀ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਲਿਵ ਧਾਤੁ ਦੁਇ ਰਾਹ ਹੈ ਹੁਕਮੀ ਕਾਰ ਕਮਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*
2. ਮਨਮੁਖ ਮੈਲੇ ਮਲੁ ਭਰੇ ਹਉਮੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਵਿਕਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 29)*
3. ਜੇਹਾ ਬੀਜੈ ਸੋ ਲੁਣੈ ਕਰਮਾ ਸੰਦੜਾ ਖੇਤੁ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਂਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 134)*

3.1 ਧਾਤ ਦਾ ਰਾਹ

ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਬੰਦੇ ਘੱਟ ਹੀ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਗੱਲ ਸਿਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਬਣੇ ਬਣਾਏ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਮਤ ਕਬੂਲ ਕਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਢੰਢੋਰਚੀ ਬਣਨ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਦੁਨਿਆਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬੇਤਰਤੀਬ ਤੇ ਟੁੱਟੀ ਭੱਜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਬੇਹੱਦ ਰੌਲਾ-ਗੌਲਾ, ਅਨੇਕਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ, ਬੜੀ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਖਲਬਲੀ ਤੇ ਅਤਿਅੰਤ ਦੁਖਦਾਇਕਤਾ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨਾ ਅਮੀਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਕਿਤਨਾ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਕੇਡੇ ਵੱਡੇ ਸਮਾਜਿਕ ਰੁਤਬੇ ਦਾ ਮਾਲਕ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਰੂਹਾਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੀਵਾਲੀਆ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਿਰਮਲ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ, ਦੈਵੀ ਸਾਂਵੇਪਨ ਤੋਂ ਵਿਹੀਣ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਦੀ ਸਮਝ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਆਪਣੇ ਰੌਸ਼ਨ ਜ਼ਮੀਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੀ।

ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਵਰਤਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੂਹਾਨੀ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਉਸ ਅੰਦਰ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਤੇ ਫ਼ਿਕਰਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਲੱਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਨੇਕਾਂ ਦੁੱਖ ਤੇ ਰੰਜ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਦਾ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਮਾਂ ਬੀਤਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੱਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਡਿਆਂ ਹੁੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਅਉਧ ਤਾਂ ਘੱਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਰਹੀ।[1] ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਦੀ ਹਰ ਸਾਹ ਨਾਲ ਘਟਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਸੇ ਲੇਖੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲ ਅਹਾਰ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ, ਪਰ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਦੀ ਇਸ ਵੱਲ ਰੁਚੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਉਪਜਦੀ। ਫਿਰ ਉਹ ਜਿਹਾ ਜੀਵਿਆ, ਜਿਹਾ ਨਾ ਜੀਵਿਆ।[2]

ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਧੰਧੇ ਧਾਉਣੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਕਰਮ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਹ ਭਰੋਸੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ, ਲੋਭ ਵਿਚ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਧਨ ਬਹੁਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਭਿਮਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਥੋੜਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੁਖੀ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਪੱਤੀ ਨਾਲ ਮੋਹ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੋਂ ਵਾਂਞਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਉਸ ਦਾ ਭਟਕਦਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਮਨ ਹੀ ਤਾਂ ਧੰਧੇ ਧਾਵਣੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਮਰ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਧਾਤ ਖ਼ਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[3]

---

1. ਛਿਨੁ ਛਿਨੁ ਅਉਧ ਬਿਹਾਤੁ ਹੈ ਫੂਟੈ ਘਟ ਜਿਉ ਪਾਨੀ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਕਾਫੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 726)*
2. ਕੈਸੇ ਜੀਵਨੁ ਹੋਇ ਹਮਾਰਾ॥ ਜਬ ਨ ਹੋਇ ਰਾਮ ਨਾਮ ਅਧਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 329)*
3. ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*

3.2 ਲਿਵ ਦਾ ਰਾਹ

ਲਿਵ ਦਾ ਲੱਗਣਾ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਰਾਹਾਂ ਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਲਿਵ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਲੀਨਤਾ'। ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਲਯ' ਪਦ ਤੋਂ ਤਦਭਵ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸਾਧਕ ਦਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨਾਮ-ਸਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ ਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਕਸੁਰਤਾ ਇਕ-ਰਸ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਲਿਵ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਜਹੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਮਾਧੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ; ਪਰ ਲਿਵ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆਵੱਸ਼ਕ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਸਮਾਧੀ 'ਬਗਲ ਸਮਾਧੀ' ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਲਿਵ ਝੂਠੀ, ਕੂੜਾਵੀ ਕਦਾਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਸਮਾਧੀ ਲਈ ਏਕਾਂਤ ਸਾਧਨਾ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਲਿਵ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਲਿਵ ਤਾਂ ਸੁਰਤ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੋੜੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਚੱਲਦਿਆਂ ਫਿਰਦਿਆਂ, ਸਭ ਕੰਮ-ਕਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।[1] ਪਿਆਰਵਾਨ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਹੀ 'ਲਿਵ' ਬਣ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਅੰਦਰੋਂ ਸਭ ਮੈਲ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਨਿਰਮਲ ਹੋਇਆ ਮਨ ਲਿਵ-ਲੀਨ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।[2]

ਲਿਵ ਦਾ ਮਾਰਗ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਗੁਰਮੁਖ ਪਦਵੀ ਨੂੰ ਅੱਪੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] 'ਲਿਵ' ਦਾ ਮਾਰਗ 'ਧਾਤ' ਦੇ ਮਾਰਗ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹੈ। 'ਧਾਤ' ਦੇ ਮਾਰਗ ਵਾਂਗ ਇਹ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ।[5] ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 'ਧਾਤ' ਦਾ ਰਾਹ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਦੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਇਸੇ ਵਿਚ ਧਾਈ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਸਿੱਖ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿਚ 'ਮਨਮੁਖ' ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੋ 'ਮਨਮਤਿ' 'ਤੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਮਨਮੁਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਵਾਲੇ 'ਗੁਰਮੁਖ'। ਲਿਵ ਦਾ ਮਾਰਗ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਸੁਭਾਗੇ ਲੋਕ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦਿਨ ਰਾਤ ਅਟੁੱਟ ਲਿਵ ਦੇ ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਮਗਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਲਿਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਹ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਮਾਣੀ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ :

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ॥ *(ਅਨੰਦੁ, ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 917)*

---

1. ਨਾਮਾ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨਾ ਮੁਖ ਤੇ ਰਾਮੁ ਸੰਮ੍ਹਾਲਿ॥
   ਹਾਥ ਪਾਉ ਕਰਿ ਕਾਮੁ ਸਭੁ ਚੀਤੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1375)*
2. ਕਲਿਮਲ ਮੈਲੁ ਨਾਹੀ ਤੇ ਨਿਰਮਲ ਓਇ ਰਹਹਿ ਭਗਤਿ ਲਿਵ ਲਾਈ ਹੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1025)*
3. ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਰਹੈ ਲਿਵ ਲਾਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 352)*
4. ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਾਗਿ ਰਹੇ ਦਿਨ ਰਾਤੀ॥ ਸਾਚੇ ਕੀ ਲਿਵ ਗੁਰਮਤਿ ਜਾਤੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1024)*
5. ਲਿਵ ਧਾਤੁ ਦੁਇ ਰਾਹ ਹੈ ਹੁਕਮੀ ਕਾਰ ਕਮਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*

3.3 ਲਿਵ ਤੇ ਧਾਤ - ਤੁਲਨਾਤਮਿਕ ਪਰਿਪੇਖ

ਧਾਤ	ਲਿਵ
1. ਇਹ ਹਉਂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ, ਮਨ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਰਾਹ ਹੈ। ਸੋ, ਇਸ ਨੂੰ ਮਨਮੁੱਖਤਾ ਦਾ ਰਾਹ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।	1. ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ ਅਥਵਾ ਗੁਰੂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਰਾਹ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮੁਖਤਾ ਦਾ ਰਾਹ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।
2. ਇਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਸੰਸਾਰਕ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਹੈ।	2. ਇਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਹੈ।
3. ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸੰਦ ਸਤਹੀ ਬੁੱਧੀ ਹੈ।	3. ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸੰਦ ਅੰਤਰ-ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਹੈ।
4. ਇਸ ਵਿਚ ਬੰਦਾ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।	4. ਇੱਛਾਵਾਂ ਛੋੜ ਕੇ ਕੇਵਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।
5. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚਿੰਤਾ, ਘਬਰਾਹਟ, ਡਰ, ਸੋਗ ਆਦਿ ਨਾਲ ਅਟੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।	5. ਅਵਿਰਲ ਆਨੰਦ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਮਸਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।
6. ਇਸ ਦਾ ਮੂਲ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਬਚਾਓ ਕਰਨਾ ਅਥਵਾ ਆਤਮ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।	6. ਇਸ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦਾ ਭੈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
7. ਇਸ ਦਾ ਮੁਖ ਸਰੋਕਾਰ ਸਥੂਲ ਸਰੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।	7. ਇਸ ਦਾ ਸਰੋਕਾਰ ਸੂਖਮ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
8. ਇਸ ਵਿਚ ਦੁਤੀਆ ਭਾਓ ਬਨਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵੱਖਰੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਨੇਕਤਾ ਸੱਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।	8. ਇਸ ਵਿਚ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਤਾ ਵਰਤਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਪਸਰਿਆ ਸੱਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
9. ਵਸਤਾਂ ਪੁਰ ਮਾਲਕੀ ਦੀ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।	9. ਕੇਵਲ ਦੈਵੀ ਪਿਆਰ ਦੀ ਇੱਛਾ ਲਗਾਤਾਰ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
10. ਜੀਵਨ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।	10. ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
11. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਚਰਜਤਾ ਉਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।	11. ਭਉ, ਭਾਉ ਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਵਰਗੇ ਇਹਸਾਸ ਜਾਗਦੇ ਹਨ।
12. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪਾਪ-ਆਲੂਦਾ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।	12. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਪਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।
13. ਰੱਬ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੁਣੀ ਸੁਣਾਈ ਗੱਲ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।	13. ਰੱਬ ਸ਼ਾਹਰਗ ਤੋਂ ਵੀ ਨੇੜੇ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।
14. ਸਾਧਾਰਨ ਭਾਸ਼ਾ ਇਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।	14. ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਕੱਥ ਕਥਾ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਧਾਰਨ ਭਾਸ਼ਾ ਇਸ ਦੀ ਬਾਤ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੀ।

3.4 ਲਿਵ-ਧਾਤ ਦਾ ਗੁਰਮਤਿ ਪਰਿਪੇਖ

ਰੱਬ ਨੂੰ ਰੱਜ ਕੇ ਪਿਆਰ ਕਰੋ, ਪਰ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਨਹੀਂ।
ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਨਿਝੱਕ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰੋ, ਪਰ ਮੋਹ ਵਿਚ ਬੱਝ ਕੇ ਨਹੀਂ।

ਲਿਵ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਇਕ-ਟੱਕ, ਅਵਿਰਲ, ਸਮਾਏ ਰਹਿਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ਤੇ ਧਾਤ ਸੰਸਾਰਕ ਧੰਧੇ ਧਾਉਣੀ ਦੀ ਭਟਕਣ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਰਹਿਣ ਦਾ। ਸੋ, ਲਿਵ ਹੈ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਮਗਨਤਾ ਅਤੇ ਧਾਤ ਹੈ ਸੰਸਾਰਕ ਭੱਜਾ-ਦੌੜੀ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹੋਣਾ। ਦੋਵੇਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਨੇਮ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ।[1]

ਸੰਸਾਰਕ ਧੰਧਿਆਂ ਵਾਲੇ ਸੰਸਾਰਕ ਧੰਧਿਆਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਮਿਲਾਪ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਲਿਵ-ਲੀਨ ਹੋਏ ਜੀਅ, ਲਿਵ-ਲੀਨ ਪਿਆਰਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਹੀ ਤਾਂਘਦੇ ਹਨ।[2] ਸੌਦਾਗਰਾਂ ਨੂੰ ਸੌਦਾਗਰ ਹੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ਕੀਰ। ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਰਾਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਹ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੰਸਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਤਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਮੋਹ ਨਹੀਂ ਲਾਉਂਦੇ। ਉਹ ਲਿਵ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਲਿਵ-ਲੀਨ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸੰਸਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਭੱਜਦੇ ਨਹੀਂ; ਦੋਵੇਂ ਹੁਕਮ ਇਕ ਸਾਥ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਹੱਥ ਕਾਰ ਵੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹਨ (ਧਾਤ) ਤਾਂ ਚਿਤ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹਨ (ਲਿਵ)। ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੇਵਲ ਇਕ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੱਠ-ਧਰਮੀ ਦੀ ਪਕੜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਹੱਠਾਂ ਤੋਂ ਵਰਜਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।[3] ਧਰਮ ਦਾ ਅਸਲ ਰਾਹ ਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਸਮਨਵੈ ਵਿਚ ਹੈ।

ਧਾਤ ਦਾ ਰਾਹ ਮਾਇਆਵੀ ਰਾਹ ਹੈ; ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ। ਲਿਵ ਦਾ ਰਾਹ ਪਰਮਾਰਥਕ ਰਾਹ ਹੈ, ਸ਼ਿਵ ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਨੇ 'ਹਾਠਾਂ' ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮਨਵੈ ਵਿਚ ਵੀ ਲਿਵ (= ਸ਼ਿਵ) ਦਾ ਪਾਸਾ, ਧਾਤ (= ਸ਼ਕਤੀ) ਦੇ ਪੱਖ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੋਵੇ, ਇਹੋ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਮਨੌਤ ਹੈ।[4] ਇਸ ਲਈ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਲਿਵ-ਲੀਨ ਕਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਸੇ ਭਰਮ, ਕਿਸੇ ਅੰਦੇਸੇ ਹੱਥੋਂ ਡੋਲਦੇ ਨਹੀਂ।

ਡੋਰੀ ਲਪਟਿ ਰਹੀ ਚਰਨਹ ਸੰਗਿ ਭ੍ਰਮ ਭੈ ਸਗਲੇ ਖਾਦ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1226)*

---

1. ਆਪੇ ਲਿਵ ਧਾਤੁ ਹੈ ਆਪੇ॥ ਆਪਿ ਬੁਝਾਏ ਆਪੇ ਜਾਪੇ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 797)*
2. ਧਾਤੁ ਮਿਲੈ ਫੁਨਿ ਧਾਤੁ ਕਉ ਲਿਵ ਲਿਵੈ ਕਉ ਧਾਵੈ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 725)*
3. ਪਰਵਿਰਤਿ ਨਿਰਵਿਰਤਿ ਹਾਠਾ ਦੋਵੈ ਵਿਚਿ ਧਰਮੁ ਫਿਰੈ ਰੈਬਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1280)*
4. ਹਾਠਾ ਦੋਵੈ ਕੀਤੀਓ ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਵਰਤਾਈਆ॥
   ਸਿਵ ਅਗੈ ਸਕਤੀ ਹਾਰਿਆ ਏਵੈ ਹਰਿ ਭਾਈਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਡਖਣੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1096)*

3.5 ਸਾਡੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤਣਾਅ

ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ ਡਟ ਕੇ ਰਹੀਏ ਵੀ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਦੀ ਸੁਧ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਜਗਾਈ ਰੱਖੀਏ। ਕੀ ਇਹੋ ਸਾਡਾ ਵੱਡਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤਣਾਅ ਨਹੀਂ?

ਅਸੀਂ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਸਿਰਜੇ ਹੋਏ ਜੰਤ ਹਾਂ—ਨਿਰਬਲ, ਨਿਰਸ਼ਕਤ, ਮੁਥਾਜ, ਪਰ-ਆਸ਼੍ਰਿਤ! ਸਾਡੇ ਵੱਸ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ।[1] ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਇਹ ਨਿਤਾਣੀ ਨਿਮਾਣੀ ਦਸ਼ਾ ਹੈ; ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਭ ਜੂਨਾਂ ਦਾ ਸਿਰਦਾਰ ਥਾਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[2] ਹੋਰਨਾਂ ਜੂਨਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਫ਼ਰਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ, ਬੋਲ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਬੋਲ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਨਹੀਂ, ਸਾਨੂੰ ਧੁਰੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਸਾਥੋਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ।[3] ਪਰ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵਾਜਬ ਇਹੋ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਐਸੇ ਬੋਲ ਬੋਲੀਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਕਰਤੇ ਦਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ।[4] ਪਰ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕਿ ਵਿਗਾੜੇ ਬੋਲ ਹੀ ਬੋਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।[5] ਪਰ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਤਾਂ ਆਪ ਪਿਆਰ ਹੈ[6] ਤੇ ਪਿਆਰ ਦਾ ਹੀ ਭੁੱਖਾ ਹੈ।[7] ਕੇਵਲ ਬੋਲਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਅਸੀਂ ਕਰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵੀ ਸੁਤੰਤਰ ਨਹੀਂ। ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਗਤੀ ਆਪ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ[8] ਕਿ ਕੈਸੇ ਹਨ। ਤਾਂ ਵੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਜਵਾਬ-ਦੇਹੀ ਲਾਜ਼ਮ ਹੈ।[9]

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸਮਤ ਸਾਡੀ ਵਿਚ ਮਰਨਾ ਮੁੱਢੋਂ ਹੀ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।[10] ਇਹ ਮੌਤ ਕਦ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ, ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ; ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਕਿਤਨੀ ਮੁਹਲਤ ਹੈ, ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ। ਭਰੋਸਾ ਇਕ ਦਮ ਦਾ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਇਸ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਥੋਂ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ।

ਇਕ ਪਾਸੇ ਸਾਡੇ ਪੱਲੇ ਭਾਰੀ ਨਿਰਬਲਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਬੜੀ ਕਠਿਨ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਮਾਇਆ ਦਾ ਭਰਮ ਜਾਲ ਹੈ, 'ਦੂਜਾ ਭਾਉ' ਹੈ, 'ਹਉਮੈ ਰੋਗ' ਹੈ—ਇਹ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਉਠ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਰਾਇਣ ਹੋਣ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਸਾਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਸਾਨੂੰ ਲਘੂ ਤੇ ਅਨਿਸਚਿਤ ਅਉਧ ਹੀ ਮਿਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸੇ ਵਿਚ ਸਾਥੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਡੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦਾ ਪਰਮ ਤਣਾਅ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੁਖ ਚੁਨੌਤੀ ਵੀ ਇਹੋ ਹੈ।

---

1. ...ਇਨਾ ਜੰਤਾ ਵਸਿ ਕਿਛੁ ਨਾਹਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 55)*
2. ਅਵਰ ਜੋਨਿ ਤੇਰੀ ਪਨਿਹਾਰੀ॥ ਇਸੁ ਧਰਤੀ ਮਹਿ ਤੇਰੀ ਸਿਕਦਾਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 374)*
3. ਜਿਉ ਬੋਲਾਏ ਤਿਉ ਬੋਲੀਐ ਜਾ ਆਪਿ ਬੁਲਾਏ ਸੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 39)*
4. ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*
5. ਅਸੀ ਬੋਲਵਿਗਾੜ ਵਿਗਾੜਹ ਬੋਲ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*
6. ਆਪੇ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਰਮੇਸੁਰੁ...॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1330)*
7. ਗੋਬਿੰਦ ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਦਾ ਭੁਖਾ॥੭॥ *(ਵਾਰਾਂ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ, ਵਾਰ 10)*
8. ਅਪਨੇ ਕਰਮ ਕੀ ਗਤਿ ਮੈ ਕਿਆ ਜਾਨਉ॥ ਮੈ ਕਿਆ ਜਾਨਉ ਬਾਬਾ ਰੇ॥ *(ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 870)*
9. ਆਪਨ ਕਰਮ ਆਪੇ ਹੀ ਬੰਧ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 888)*
10. ਮਰਣੁ ਲਿਖਾਇ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਆਏ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 685)*

4.0 ਅੰਤਹਕਰਣ

ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੀ ਬੜੀ ਸੂਖਮ ਹੋਂਦ ਹੈ—ਇਤਨੀ ਕਿ ਅਜੇ ਤਕ ਕਿਸੇ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ।

ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਅੰਦਰ ਦੀ ਇੰਦਰੀ। ਭਾਰਤੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਨੇ ਗਿਆਰਾਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਮੰਨੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦਸ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਹਨ—ਪੰਜ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਤੇ ਪੰਜ ਕਰਮ-ਇੰਦਰੀਆਂ—ਤੇ ਯਾਰ੍ਹਵੀਂ ਅੰਦਰਲੀ ਇੰਦਰੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੂਤ ਵਿਚ ਪ੍ਰੋ ਕੇ ਇਕਸੁਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਪ੍ਰਤੱਖ-ਬੋਧ ਉਸਾਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਜੀਵ ਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪ੍ਰਤੱਖ-ਬੋਧ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਹ ਬਾਹਰੋਂ ਆਈਆਂ ਉਤੇਜਨਾਵਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੁਨਾਸਬ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਮ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਵੇਦਾਂਤ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਚੇਤਨਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਬਾਹਰ ਜਾ ਕੇ ਤੇ ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਪਰਦਾ ਉਠਾਲ ਕੇ, ਪਦਾਰਥਾਂ ਅੰਦਰ ਨਿਹਿਤ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਅਣਕੱਜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚਲੀ ਤੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੀ, ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਤੱਖ-ਬੋਧ ਨੂੰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵੇਦਾਂਤ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰੀ ਤੇ ਸਾਂਖ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰੀ ਦੋਵੇਂ ਇਹ ਗੱਲ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੰਤਹਕਰਣ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤਕ ਅਪੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਰੂਪ ਹੀ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਆਧਾਰ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਸਾਂਖ ਤੇ ਵੇਦਾਂਤ ਦਾ ਇਹ ਸਾਂਝਾ ਸਿਧਾਂਤ ਪੱਛਮੀ ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਭਿੰਨ ਹੈ। ਉਸ (ਪੱਛਮੀ ਵਿਗਿਆਨ) ਅਨੁਸਾਰ, ਪਦਾਰਥ ਜਦ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਕ ਐਸਾ ਅਨੁਭਵ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮਸਤਕ (ਦਿਮਾਗ਼) ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਉਥੇ ਉਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਦਾਰਥਕ ਹੋਂਦ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਂਖ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨ, ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਭਾਗ ਹਨ। ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਦੇ ਭਾਗ ਹਨ : ਮਨ, ਚਿਤ, ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਦੇ ਭਾਗ ਕੀਤੇ ਹਨ : ਸੁਰਤਿ (= ਚਿਤ), ਮਤਿ (= ਅਹੰਕਾਰ), ਮਨ ਤੇ ਬੁੱਧ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸੰਕਲਪ ਵੇਦਾਂਤ ਦੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਤੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਭਿੰਨ ਹਨ। ਚਿਤ (ਸੁਰਤਿ) ਇਥੇ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਅਨੁਰੂਪੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ (ਸ਼੍ਰਮ) ਨਾਲ ਸਾਧ ਕੇ ਨਿਪੁੰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਐਸੀ ਨਿਪੁੰਨ ਘਾੜਤ ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਮੁਤਾਬਕ ਉਸ ਦੇ ਚਾਰੇ ਅੰਗ ਰੂਪਵਾਨ ਘਾੜਤ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਭੌਤਿਕ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਕੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਤੇ ਸਿੱਧਾਂ ਵਾਲੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਭਾਗੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[1]

---

1. ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ॥ ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ॥...
ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥ ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

4.1 ਅੰਤਹਕਰਣ ਤੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ

ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਤਾਂ ਅਨੇਕਤਾ ਹੀ ਜਾਣੂ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ;
ਅਨੇਕਤਾ ਵਿਚਲੀ ਏਕਤਾ ਵੇਖਣੀ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਨਾਲ ਗੂੜ੍ਹਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਇਸੇ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖੀ ਗਈ ਵਸਤ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਸਤਾਂ ਹੇਠ ਲੁਕੀ ਪਈ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਝੋਂ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਅਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਜੈਸੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਰਤੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰਲੇ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਬਿਰਤੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਿਰਤੀ, ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ-ਬਦਲੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਅੰਤਹਕਰਣ, ਪ੍ਰਤੱਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਵਸਤੂ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਥੇ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਜੀਵ ਅੰਤਹਕਰਣ ਬਿਨਾਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਕੀ ਕੰਮ ਹੈ ?

ਇਥੇ ਆ ਕੇ ਭਾਰਤੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਤੇ ਪੱਛਮੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਵਿਚ ਬੜਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅੰਤਰ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ (ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਸ਼ੰਕਰ ਤੇ ਸਾਂਖ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰੀਆਂ ਦੀ) ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਅਨੁਸਾਰ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਪੰਚਕ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬੋਧ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਉਪਜੀ ਬਿਰਤੀ ਤੋਂ ਹੀ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਵਸਤਾਂ ਅੰਦਰ ਨਿਹਿਤ ਚੇਤਨਾ ਨਾ ਹੁੰਦੀ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਜਦ ਤਕ ਕੋਈ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਬਾਹਰ ਵਸਤਾਂ ਤਕ ਅੱਪੜਦੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਵਸਤਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਉਪਰੋਂ ਅਵਿੱਦਿਆ ਦਾ ਪਰਦਾ ਹਟਾ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ, ਤਦ ਤਕ ਵਸਤਾਂ ਵਿਚਲੀ ਨਿਹਿਤ ਚੇਤਨਾ ਪ੍ਰਗਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਇਤਨਾ ਹੀ ਪ੍ਰਕਾਰਜ ਹੈ।

ਪੱਛਮੀ ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲੀ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਰਤੀ ਊਰਜਾ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਤਕ ਆਪਣਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਪੁਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਵਸਤਾਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਥਰਥਰਾਹਟ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਦਿਮਾਗ਼ ਤਕ ਅੱਪੜ ਕੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਅੰਦਰ ਇਕ ਛਾਪ ਲਗਾ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਵਸਤਾਂ ਤਕ ਅੱਪੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਗੱਲ ਬੜੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਦਾ ਸਾਡਾ ਗਿਆਨ ਬੜਾ ਅਧੂਰਾ ਹੈ। ਇਕ ਵੱਡੀ ਖਾਈ ਅੰਤਹਕਰਣ ਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚਾਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਬਾਰੇ ਨਾ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਪਾਸ, ਨਾ ਪੱਛਮੀ ਗਿਆਨ ਪਾਸ ਕੋਈ ਉੱਤਰ ਹੈ।

4.2 ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਭਾਗ

ਜਦ ਕੋਈ ਕੁਝ ਕਹਿੰਦਾ ਤੇ ਕੋਈ ਕੁਝ ਹੋਰ, ਦੋਵੇਂ ਸਹੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਗ਼ਲਤ ਹੋਣ।

ਸਾਂਖ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰੀ ਵਿਦਵਾਨ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਤਿੰਨ ਭਾਗ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹਨ—ਮਨ, ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ। ਇਹ ਅਸਲੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਮਝਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਵਾਸਤੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੱਖ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵੱਖਰੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਉਪਰ ਆਧਾਰਿਤ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਅਸਾਂ ਅੱਗੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੇਦਾਂਤ ਵਾਲੇ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਕ ਚੌਥਾ ਭਾਗ ਚਿੱਤ ਵੀ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਂਖ ਤੇ ਵੇਦਾਂਤ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ ਦੋਵੇਂ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਚੇਤਨ ਆਤਮਾ ਤੇ ਅਚੇਤਨ ਪਦਾਰਥਕ ਜਗਤ ਵਿਚਾਲੇ ਦਾ ਯਥਾਰਥ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਹੈ ਇਹ ਅਸਲੋਂ ਪਦਾਰਥਕ, ਪਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਪਰਾ-ਪਦਾਰਥਕ ਵੀ ਹੈ, ਤੇ ਅੱਧ-ਪਚੱਧ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਵੀ। ਇਸ ਅੰਦਰ ਦੋ ਪੱਖ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਤਪੇ ਹੋਏ ਲੋਹੇ ਵਿਚ ਅਗਨੀ ਤੇ ਲੋਹੇ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਅੰਤਹਕਰਣ ਵਿਚ ਆਤਮਾ ਦਾ ਤੇਜਸਵੀ ਗੁਣ ਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਤਾਤਵਿਕ ਗੁਣ ਦੋਵੇਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅਹੰਕਾਰ (ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ') ਨੂੰ ਅਭਿਮਾਨ ਦੀ ਭੂਮੀ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਨਿਸਚਿਤ ਗਿਆਨ ਦੀ। ਪਰ ਅਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਅਭਿਮਾਨ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਵਿਚ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਵੀ ਹੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਤਮਾ ਖ਼ਾਲਸ ਤੇਜਸਵੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੈਭੰ ਹੈ। ਇਹ 'ਹਉਂ' ਤੇ 'ਅਹਉਂ' ਦੇ ਵਖੇਵੇਂ ਤੋਂ ਉਤਾਂਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ 'ਹਉਮੈ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਰੂਪਮਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਹੰਕਾਰ (=ਹਉਮੈ) ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਹੀ ਬਦਲਿਆ ਰੂਪ ਹੈ, ਜੋ ਅਵਿੱਦਿਆ ਕਾਰਨ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਓਪਰਾ ਰੂਪ ਹੈ ਆਪੇ ਦਾ, ਜੋ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਹੀ ਇਕ ਭਾਗ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਤਾਂ ਇਕ, ਸਦੀਵਕਾਲੀ, ਪਰਿਵਰਤਨਹੀਣ, ਚੇਤਨਾ ਹੈ।

ਭਾਰਤੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਹੰਕਾਰ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਚਿੱਤ, ਕੀ ਬੁੱਧ ਤੇ ਕੀ ਮਨ, ਸਭ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅਪਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮਨਵੈ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਅਰਥ ਵੀ ਵੇਦਾਂਤਕ ਬੁੱਧੀ ਤੋਂ ਚੌੜੇਰਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਰੂਪ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਵੀ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਚਿਤ' ਨੂੰ 'ਸੁਰਤਿ' ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ 'ਸੁਰਤਿ' ਦੇ ਅਰਥ 'ਚਿਤ' ਨਾਲੋਂ ਬੜੇ ਵਿਸਤਾਰ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਮਨ' ਦੇ ਅਰਥ ਵੇਦਾਂਤ ਦੇ 'ਮਨ' ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਤੋਂ ਬੜੇ ਵੱਧ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਵੀ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਕਰਾਂਗੇ।

4.3 ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਲਯ ਹੋਣਾ

ਵਸਤਾਂ ਵਿਚ ਰਹੱਸ ਕੋਈ ਨਹੀਂ; ਰਹੱਸ ਤੁਹਾਡੇ ਵੇਖਣ ਦੀ ਜੁਗਤ ਵਿਚ ਹੈ। ਜੋ ਵੱਖ ਵੱਖ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਸਲੋਂ ਇਕ ਹੀ ਹੋਣ।

ਅਸਾਂ, ਉਪਰ, ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਦੇ ਚਾਰ ਭਾਗ ਹਨ—ਮਨ, ਚਿੱਤ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ। ਪਰ ਅਹੰਕਾਰ (ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ') ਦਰਅਸਲ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਹਿੱਸਾ ਹੈ—ਮਨ ਦਾ ਅਸਥੂਲ ਭਾਗ।[1] ਮਨ ਦਾ ਇਹ ਸੰਘਣਾ ਭਾਗ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਹਿੱਸਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਹਉਮੈ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਮਨਮੁਖਿ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਮਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇੱਕੋ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਚਿੱਤ (= ਸਿਮਰਿਤੀ) ਤੇ ਬੁੱਧਿ ਅਨਿਖੜ ਹਨ। ਇਸ ਲੇਖੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਦੋ ਹੀ ਵੱਡੇ ਭਾਗ ਸਮਝੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ—ਇਕ ਮਨ ਤੇ ਦੂਜਾ ਬੁਧਿ।

ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਵਾਲੇ ਪੁਰਖਾਂ ਦਾ ਮਨ ਉੱਤਮ ਬੁੱਧੀ (ਬਿਬੇਕ) ਦੀ ਅਧੀਨਗੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਉਸ ਵਿਚ ਹੀ ਪਲਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ ਪਹਿਲੇ ਵਾਲੇ ਚੰਚਲ ਸੁਭਾਉ ਵਾਲਾ ਮਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਕਾਂ ਦਾ ਤਨ ਪਹਿਲੇ ਵਾਲਾ ਤਨ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਇੰਦਰੀਆਂ ਹੁਣ ਮਨ ਦੇ ਆਖੇ ਨਹੀਂ, ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਸੂੱਛ ਹੋ ਕੇ ਮਨ ਦੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਧੂ ਸੁਖਦੇਵ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

ਇੰਦਰੀ ਪਲਟੈ ਮਨ ਬਿਖੈ ਮਨ ਪਲਟੈ ਬੁਧਿ ਮਾਹਿ।
ਬੁਧਿ ਪਲਟੈ ਹਰਿ ਧਿਆਨ ਮੈ ਫੇਰ ਹੋਇ ਲਯ ਜਾਇ।

ਸੋ, ਬੁਧਿ ਦਾ ਆਪਣਾ ਰੂਪ ਵੀ ਪਲਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਚਾਲਾਕ, ਚਾਤੁਰ ਬੁੱਧੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਗੰਭੀਰਤਾ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਅਸਲ ਤੇ ਨਕਲ ਦਾ, ਸੱਚ ਤੇ ਝੂਠ ਦਾ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹੋ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੂੱਛ ਬੁੱਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਦ੍ਵੈਤ (= ਬਿਬ) ਤੋਂ ਹੱਟ ਕੇ 'ਏਕ' ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਉਂ ਮਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਉਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਬੁਧਿ ਉੱਜਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਦੀ ਕਰੜੀ ਦੀਵਾਰ[2] ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ, ਅੰਤ, ਸਾਧਯ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਅੰਤਹਕਰਣ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਸਫਲ ਕਰ ਆਤਮਾ ਵਿਚ ਲਯ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ ਕਿਉ ਕਰਿ ਵਿਚੁ ਦੇ ਜਾਇ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 509)*
2. ...ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1263)*

ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਭਾਗ

5.0.1 ਮਨ - 1

ਮਨੁੱਖ ਏਡਾ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਬੰਦੀ ਨਹੀਂ, ਜੇਡਾ ਬੰਦੀ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਉਹ ਸਸ਼ਕਤ ਭਾਗ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਕਲਪ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੈ।[1] *ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦਾਰਥ ਕੋਸ਼* ਅਨੁਸਾਰ ਮਨ ਪ੍ਰਾਣੀ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਉਹ ਅਦਿੱਸ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸੰਵੇਦਨਾ, ਸੰਕਲਪ, ਇੱਛਾ, ਦ੍ਵੈਸ਼, ਬੋਧ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਆਦਿ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ੍ਹਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਅੱਖ ਵੇਖ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਕੰਨ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀ ਕਾਰਜ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਹਰ ਵੇਲੇ ਰੁੱਝਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਵਿਆਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਨਿਰੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਤੇ ਵੈਰਾਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਕਾਬੂ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਮਨ ਉਨਮਨਿ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਇਹੁ ਮਨੁ ਲੇ ਜਉ ਉਨਮਨਿ ਰਹੈ॥
ਤਉ ਤੀਨਿ ਲੋਕ ਕੀ ਬਾਤੈ ਕਹੈ॥ *(ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)*

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਮਨ ਲਈ ਕਈ ਰੂਪਕ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਹਾਥੀ, ਊਠ, ਬੈਲ, ਖ਼ਰ, ਸੱਪ ਤੇ ਪੰਛੀ ਨਾਲ ਉਪਮਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਅੰਨ੍ਹਾ ਖੂਹ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਰਾਜਾ, ਪਰਦੇਸੀ, ਬੈਰਾਗੀ ਤੇ ਬਨਵਾਸੀ ਆਦਿ ਨਿਰੂਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਰੂਪਕ ਬਹੁ-ਪਰਤੀ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹਨ।

ਮਨ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਸਰੂਪ ਨਹੀਂ। ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਸੰਕਲਪਾਂ-ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਮਨ ਹੈ। ਸੰਕਲਪ-ਵਿਕਲਪ (ਫੁਰਨੇ) ਕੁਦਰਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਿਰਜੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ। ਇਹ ਫੁਰਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੁਭਾ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਰਮ ਹੀ ਪੱਕ ਕੇ ਸੁਭਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੁਭਾ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਸੰਸਕਾਰ ਉਪਜਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਮਨ ਵਰਗਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।[2] ਜੇ ਅਣਸਾਧਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਵੀ ਮਨ ਆਪ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

1. ਸੰਕਲਪ-ਵਿਕਲਪ ਲਈ ਅੱਗੇ ਵੇਖੋ, ਭਾਗ 5.5.
2. ਮਮਾ ਮਨ ਸਿਉ ਕਾਜੁ ਹੈ ਮਨ ਸਾਧੇ ਸਿਧਿ ਹੋਇ॥
ਮਨ ਹੀ ਮਨ ਸਿਉ ਕਹੈ ਕਬੀਰਾ ਮਨ ਸਾ ਮਿਲਿਆ ਨ ਕੋਇ॥
(ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)

5.0.2 ਮਨ - 2

ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਨ ਟਿੱਡੀ ਵਾਂਙ ਟੱਪਦਾ ਤੇ ਡੱਡੂ ਵਾਂਗ ਭੁੜਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਤੇ ਟਿੱਕ ਕੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦਾ। ਇਹ ਚੰਚਲ ਹੈ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ, ਤਦੇ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।[1] ਹਰ ਵੇਲੇ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਟਕਣ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਤਾਂ ਮਨ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੇ ਝੁਕਾਵਾਂ ਮਗਰ ਦੁੜਕੀਆਂ ਲਗਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਨ ਸਥੂਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਦਾ ਮਾਰਿਆ।[2] ਇਹ ਕਿਸੇ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਾਰ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਵੱਸ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ ਆਦਿ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਤ ਵਾਪਰੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[3] ਇਹ ਤਮੋਗੁਣੀ ਮਨ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ, ਰਜੋਗੁਣੀ ਮਨ ਭੜਕੀਲਾ, ਜੋਸ਼ੀਲਾ, ਉਪੱਦਰੀ, ਫ਼ਸਾਦੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਰੂਦ ਤੇ ਖਲਬਲੀਆਂ ਮਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੀ ਭੜਕੀ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਾਹਰਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਹੇਠ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ, ਸ਼ਾਂਤ, ਧੀਰਜਵਾਨ, ਚੇਤਨ, ਸੂਖਕ ਤੇ ਪ੍ਰਬੀਨ ਮਨ ਜਗਿਆਸੂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਸਤੋਗੁਣੀ ਮਨ ਪਾਸ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉਚਾਈਆਂ ਤੀਕ ਅਪੜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਮਨ ਪਾਸ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਖੋਜਕਾਰੀ ਦੀ ਜਗਿਆਸਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ ਮਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਧਨਾ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਤਰ ਸਾਧਨਾ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਪੰਜ-ਤੱਤਾਂ ਵਾਲਾ ਮਨ ਉਨਮਨਿ ਅਵਸਥਾ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਮਮਾ ਮਨ ਸਿਉ ਕਾਜੁ ਹੈ ਮਨ ਸਾਧੇ ਸਿਧਿ ਹੋਇ॥
ਮਨ ਹੀ ਮਨ ਸਿਉ ਕਹੈ ਕਬੀਰਾ ਮਨ ਸਾ ਮਿਲਿਆ ਨ ਕੋਇ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਸਕਤੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਸੀਉ॥ ਇਹੁ ਮਨੁ ਪੰਚ ਤਤ ਕੋ ਜੀਉ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਲੇ ਜਉ ਉਨਮਨਿ ਰਹੈ॥ ਤਉ ਤੀਨਿ ਲੋਕ ਕੀ ਬਾਤੈ ਕਹੈ॥

(ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)

ਇਸ ਮਨ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਇਸ ਦੇ ਸੁਭਾਉ, ਇਸ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਅੱਗੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

---

1. ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਹਿਓ ਨ ਜਾਈ॥
ਚੰਚਲ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਯਾ ਤੇ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 219)*
2. ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ ਕਿਉ ਕਰਿ ਵਿਚੁ ਦੇ ਜਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 509)*
3. ਮਨੂਆ ਦਹ ਦਿਸ ਧਾਵਦਾ ਓਹੁ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ॥
ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਅਧਿਕਾਈ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਨਿਤ ਸੰਤਾਵੈ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 565)*

5.0.3 ਮਨ - 3

ਜੋ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਉਪਰ ਵਿਅੰਗ ਨਾਲ ਹੱਸਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਜਦ ਨਾਮ-ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਇਕ ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਤੋਂ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ ਬਾਹਰ ਦੀ ਭਟਕਣ ਤੋਂ ਵੈਰਾਗੀ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਂਤ ਘਰ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਮਨੁ ਬੈਰਾਗੀ ਘਰਿ ਵਸੈ ਸਚ ਭੈ ਰਾਤਾ ਹੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 21)*

ਫਿਰ ਉਹ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਭੈ, ਚਿੰਤਾ, ਹਰਖ ਸੋਗ ਤੋਂ ਅਟੰਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਲਬ-ਲੋਭ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਰੂਪ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਕੇ ਤ੍ਰਿਪਤ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੋਏ 'ਜੋਤਿ-ਸਰੂਪ'[1] ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੱਚ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਹ ਸਰੀਰ ਤੇ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੱਚੇ ਪਾਸੇ ਲਗਾਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨਾਲ ਇਹ ਸੱਚ ਸਾਮੱਗਰੀ ਦਾ ਵਪਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਨ ਹਟੜੀ ਵਿਚ ਇਹ ਮਨ ਸੱਚ ਦਾ ਵਣਜਾਰਾ ਬਣ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।[2]

ਅੱਗੇ ਇਹ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਰਸਾਂ ਦੇ ਬਿਖਿਆ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਰਸ ਭੋਗਣ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਦੈਵੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਨਾਲ ਪਰਿਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਅਨੰਦ ਸਰੂਪ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਹ 'ਹਉਮੈ' ਤਦ 'ਸੋਹੰ' ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਗਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਸ ਨੂੰ ਜਦ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਕਰਮ ਚੇਤੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸੋਚਦਾ ਹੈ, "ਮੈਂ ਕਿਤਨਾ ਮੂਰਖ ਸਾਂ।"[3] ਹੁਣ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਨਿਰਾ ਝਲਪੁਣਾ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੀਤੇ ਉਪਰ ਵਿਅੰਗ ਨਾਲ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਹੋਇਆ ਮਨ ਜਦ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਗਧੀ-ਗੇੜ ਵਿਚ ਪਿਆ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪ ਕਿਤਨਾ ਚਿਰ ਪਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਹਿਤ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਰੁਣਾ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਹ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦੇ ਉਮਾਹ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਸਭ ਨੂੰ 'ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ' ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦੇਂਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)*
2. ਤਨੁ ਹਟੜੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 942)*
3. ਹਮ ਕੀਆ ਹਮ ਕਰਹਗੇ ਹਮ ਮੂਰਖ ਗਾਵਾਰ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 39)*

5.1 ਮਨ ਦੇ ਦੋ ਪੱਖ

ਮਨ ਦੀ ਕਲਾ ਬੜੀ ਵਿਡਾਣੀ ਹੈ। ਉਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈਆਂ
ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾ ਕੇ, ਕੀ ਦਾ ਕੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪਰਮਾਰਥਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਮਨ ਦੇ ਦੋ ਪੱਖ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਪੱਖੋਂ ਇਹ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦਾ ਵੇੜ੍ਹਿਆ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦਾ ਭਟਕਾਇਆ ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮਲੀਨ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਂਹ-ਵਾਚਕ ਚਿੱਤਰ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ :

ਮਨੁ ਮੈ ਮਤੁ ਮੈਗਲ ਮਿਕਦਾਰਾ॥
ਗੁਰੁ ਅੰਕਸੁ ਮਾਰਿ ਜੀਵਾਲਣਹਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*

ਮਨੁ ਕੁੰਚਰੁ ਕਾਇਆ ਉਦਿਆਨੈ॥
ਗੁਰੁ ਅੰਕਸੁ ਸਚੁ ਸਬਦੁ ਨੀਸਾਨੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 221)*

ਮਨ ਖੁਟਹਰ ਤੇਰਾ ਨਹੀ ਬਿਸਾਸੁ ਤੂ ਮਹਾ ਉਦਮਾਦਾ॥
ਖਰ ਕਾ ਪੈਖਰੁ ਤਉ ਛੁਟੈ ਜਉ ਊਪਰਿ ਲਾਦਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)*

ਇਹੋ ਅੰਧਕਾਰਮਈ ਮਨ ਹੈ। ਇਹੋ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਹੋਇਆ ਪਾਪ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੰਚਲ ਹੈ, ਖਰੂਦੀ ਹੈ।[1] ਟਿਕਦਾ ਕਦਾਚਿਤ ਨਹੀਂ। ਨਿਤ ਚੋਟਾਂ ਖਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਰਾਮ ਫਿਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।[2]

ਇਸ ਦਾ ਦੂਜਾ ਪੱਖ ਹਾਂ-ਵਾਚਕ ਹੈ। ਮਨ ਦੇ ਐਸੇ ਹਾਂ-ਵਾਚਕ ਚਿੱਤਰ ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ :

ਇਹੁ ਮਨੁ ਨਿਹਚਲੁ ਹਿਰਦੈ ਵਸੀਅਲੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣਿ ਰਹੈ॥
(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 945)

ਇਹੁ ਮਨੁ ਜੋਗੀ ਭੋਗੀ ਤਪੁ ਤਾਪੈ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਚੀਨੈ੍ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪੈ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)

ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਾਜਾ ਸੂਰ ਸੰਗ੍ਰਾਮਿ॥ ਇਹੁ ਮਨੁ ਨਿਰਭਉ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮਿ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)

ਮਨ ਕੀਆ ਇਛਾ ਪੂਰੀਆ ਸਬਦਿ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 34)*

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)*

ਪਹਿਲਾ ਪੱਖ ਮਨ ਦਾ ਮਾਇਆ-ਖਚਿਤ ਪੱਖ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਪੱਖ, ਉਹ ਜਦੋਂ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਸਦਕਾ ਨਾਮ ਧਿਆਉਣ ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਂਤ ਤੇ ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੰਚਲਤਾ ਤੇ ਚਤੁਰਾਈ ਤਿਆਗ ਕੇ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਸੁੱਕਾ ਮਨ ਹਰਿਆ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।[3]

---

1. ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਬਿਧਿ ਨਾਹੀ ਜਾਣੈ॥ ਮਨਮੁਖਿ ਮੈਲਾ ਸਬਦੁ ਨ ਪਛਾਣੈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)*
2. ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਬਹੁ ਚੋਟਾ ਖਾਇ॥ ਏਥਹੁ ਛੁੜਕਿਆ ਠਉਰ ਨ ਪਾਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 362)*
3. ਮਨੁ ਸੁਕਾ ਹਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਏ ਰਾਮ॥ *(ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 538)*

5.2 ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਮਨ

ਜੋ ਕੋਈ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸਾਂ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਬੰਦਾ ਅਸਲ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਬੜਾ ਕਰੜਾ ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਸਲਾ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ ਇਹ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਹੈ ਕਿ ਜਗਿਆਸੂ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਹਥਿਆਰ ਵੀ ਇਹੋ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਔਕੜ ਵੀ ਇਹੋ। ਇਹ ਮਨ ਦਾਤਾ ਵੀ ਹੈ, ਮੰਗਤਾ ਵੀ; ਜੰਜਾਲੀਂ ਵੇੜ੍ਹਿਆ ਵੀ ਹੈ, ਵੈਰਾਗੀ ਵੀ; ਅੰਧਲਾ ਵੀ ਹੈ, ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਵੀ; ਝੂਠਾ ਵੀ ਹੈ; ਸੱਚਾ ਵੀ ਹੈ; ਮੁਗਧ ਵੀ ਹੈ, ਸਿਆਣਾ ਵੀ; ਮੈਲਾ ਵੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਲ ਵੀ; ਹਠੀ ਵੀ ਹੈ, ਮੰਨ ਵੀ ਜਾਂਦੈ; ਲੋਭੀ ਵੀ ਹੈ, ਬੈਰਾਗੀ ਵੀ ਹੈ; ਕਦੇ ਊਭ (ਆਕਾਸ਼ ’ਤੇ) ਜਾ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਪਾਤਾਲ ਵਿਚ ਜਾ ਉਤਰਦਾ ਹੈ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਇਹ ਗਿਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਉਦਾਸੀ! ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਵੱਡਾ ਸ਼ਤਰੂ ਵੀ ਇਹੋ ਹੈ ਤੇ ਪਰਮ ਮਿੱਤਰ ਵੀ ਇਹੋ। ਪਰ, ਪਰਮ ਮਿੱਤਰ ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਸਾਧਿਆ ਜਾਵੇ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਫ਼ਰੇਬੀ, ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਹੀ ਖੜੀਆਂ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਾਖੰਡੀ ਵੀ ਬੜਾ ਹੈ, ਚਾਲਾਕ ਵੀ ਤੇ ਬੇਈਮਾਨ ਵੀ। ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਬੜੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਸਮਝ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ, ਜਦ ਕਿ ਇਹ ‘ਜਾਣਨਹਾਰ’ ਸਾਰੇ ਔਗਣ ਅੱਗੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਇਹ ਮਨ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਵੀ ਪਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਠੀਕ ਰਸਤੇ ਤੁਰੀ ਜਾਣ ਦਾ ਭਰਮ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਖੋਟਾ, ਬੜਾ ਅੜੀਅਲ, ਬੜਾ ਮਦਮਸਤ ਤੇ ਬੜੀ ਬੇਭਰੋਸੀ ਵਸਤ ਹੈ। ਖੋਤੇ ਵਾਂਗ ਇਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿਚ ਰੱਸਾ ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਦੋਂ ਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਜਦ ਇਹ ਲੱਦਿਆ, ਸਾਧਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਆਪ ਤਾਂ ਇਹ ਤਰੰਗੀ ਨਾ ਟਿਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਟਿਕਣ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਭ ਇਸ ਦਾ ਸੂਤਕ ਹੈ[2], “ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਇਹ ਗੁਸਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਅਸਥੂਲ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।”[3] ਅਵਗੁਣਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ,[4] ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ,[5] ਅਸਾਧ ਹੈ, ਮੂੰਹ ਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਧਾਉਂਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੁੱਟ ਕੁੱਟ ਕੇ ਸਿਧਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

ਕੂਟਨੁ ਸੋਇ ਜੁ ਮਨ ਕਉ ਕੂਟੈ॥ ਮਨ ਕੂਟੈ ਤਉ ਜਮ ਤੇ ਛੂਟੈ॥
ਕੁਟਿ ਕੁਟਿ ਮਨੁ ਕਸਵਟੀ ਲਾਵੈ॥ ਸੋ ਕੂਟਨੁ ਮੁਕਤਿ ਬਹੁ ਪਾਵੈ॥

(ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 872)

---

1. ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ॥
   ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1376)*
2. ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੋਭੁ ਹੈ...॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 472)*
3. ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ...॥ *(ਗੂਜਰੀ ਵਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 509)*
4. ਏਹੁ ਮਨੁ ਅਵਗਣਿ ਬਾਧਿਆ ਸਹੁ ਦੇਹ ਸਰੀਰੈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1012)*
5. ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਵੇਖਣੁ ਸੁਨਣੁ ਨ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 83)*

5.3 ਮਨ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ

ਜਿਵੇਂ ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਬਲੂੰਗੜੇ ਨੂੰ ਚੂਹੇ ਫੜਨੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪੂਰਬਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤਕ ਜੀਵ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ਡਿੱਠਾ, ਸੁਣਿਆ, ਕੀਤਾ, ਕਮਾਇਆ, ਖਾਇਆ, ਸਭ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਗੁਪਤ ਤੈਹਾਂ ਵਿਚ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰਬ ਜਨਮ ਦੇ ਸੰਸੇ, ਦੁਖ, ਮਲ, ਕਿਲਵਿਖ, ਪਰਾਛਤ, ਦੋਖ, ਦੁਰਮਤਿ ਸਭ ਨਾਲ ਹੋ ਤੁਰਦੇ ਹਨ—ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਵਿਰਾਸਤ ਵਾਂਗ। ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੀਜ ਵੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੁਰਦਾ ਹੈ।[1] ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਇਸੇ ਹਉਮੈ ਵਾਲੇ ਮਨ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।[2] ਇਹ ਸਭ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ ਹਨ, ਜੋ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਮਨ ਦਾ ਸਰੂਪ ਨਿਰੂਪਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਮਨ ਦੀ ਘਾੜਤ ਨਿਰਧਾਰਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਹੋ ਵੱਡੇ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਪੂਰਬਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਬੀਜ ਨਹੀਂ ਬੋਇਆ, ਉਹ ਹੁਣ ਫੁੱਟਦਾ ਨਹੀਂ।[3] ਇਉਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਉਸ ਦੇ ਅਚੇਤਨ ਤੇ ਪਰਾ-ਚੇਤਨ ਭਾਗਾਂ ਦਾ, ਇਕ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਪੂਰਬਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਇਕੱਤ੍ਰਿਤ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭੈੜੇ ਕਰਮਾਂ ਕਾਰਨ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਇਤਨਾ ਕਾਲਾ ਸਿਆਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਧੁੱਪਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਪਰ ਜੇਕਰ ਸੱਚੀ ਸੁਮਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਕਾਲੇ ਸਿਆਹ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਈ ਵੀ ਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[5] ਅਜਿਹੀ ਸੁਮਤਿ ਕਿਸੇ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਪੁਰਖ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਚੱਲਿਆਂ, ਹਨੇਰਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਸੁੱਤੀ ਆਤਮਾ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ :

ਪੂਰਬ ਕਰਮ ਅੰਕੁਰ ਜਬ ਪ੍ਰਗਟੇ ਭੇਟਿਓ ਪੁਰਖੁ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ॥
ਮਿਟਿਓ ਅੰਧੇਰੁ ਮਿਲਤ ਹਰਿ ਨਾਨਕ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਸੋਈ ਜਾਗੀ॥

(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 204)

---

1. ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਹਉਮੈ ਮਲੁ ਲਾਗੀ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਮਲੁ ਲਹਿ ਜਾਵੈਗੋ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1309)*
2. ਮਨਮੁਖਿ ਜਨਮੈ ਜਨਮਿ ਮਰੀਜੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 905)*
3. ਪੂਰਬ ਜਨਮਿ ਕਰਮ ਭੂਮਿ ਬੀਜੁ ਨਾਹੀ ਬੋਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 481)*
4. ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਮਲੁ ਲਾਗੀ ਕਾਲਾ ਹੋਆ ਸਿਆਹੁ॥
   ਖੰਨਲੀ ਧੋਤੀ ਉਜਲੀ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸਉ ਧੋਵਣਿ ਪਾਹੁ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 651)*
5. ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਬਿਖਈ ਤੁਮ ਤਾਰੇ ਸੁਮਤਿ ਸੰਗਿ ਤੁਮਾਰੈ ਪਾਈ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1217)*

5.3.1 ਇੰਦਰੇ

ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸਾਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਕੌਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ ਕਿ ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਬਾਹਰਲੇ ਜਗਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਸਾਨੂੰ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਤਾਈਂ ਪਦਾਰਥ ਆਪ ਆ ਕੇ ਛੁਹੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰਤਦੀ ਊਰਜਾ ਆਣ ਛੁਹੰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਨੇਹੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਤਕ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਥੋਂ ਤਕ ਤਾਂ ਗੱਲ ਸਰੀਰ-ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਦਰੁਸਤ ਜਾਪਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਰੁਕਾਵਟ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵਸਤਾਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦੀਆਂ, ਬਾਹਰ ਦਿੱਸਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਕਿਵੇਂ ? ਇਸ ਦਾ ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਪਾਸ ਕੋਈ ਉੱਤਰ ਨਹੀਂ। ਭਾਰਤੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡਾ ਮਨ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿੰਬ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਰ ਪਾਸੇ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਉਪਰ ਜਾ ਉਤਰਦਾ ਹੈ, ਬਨ ਦੇ ਪੰਖੇਰੂ ਵਾਂਗ।[1] ਇਕ ਖਿਨ ਵਿਚ ਦਸ ਪਾਸੇ ਘੁੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।[2] ਇਹ ਕੇਵਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸੁੱਧ ਲੈਣ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਆਪ ਵੀ ਪਦਾਰਥਕ ਸੁਭਾ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦਾ ਰਾਜਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਪੰਜ ਸਲਾਹਕਾਰ (ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ) ਹਨ।[3] ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਇਹ ਭੱਜਾਈ ਵੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪ ਵੀ ਭੱਜੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੱਸ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।[4] ਕਰਮ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[5] ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਸੰਕਲਪਾਂ-ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ੈਸਲੇ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਮਦਦ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਂਞ ਇਸ ਨੂੰ ਇੰਦਰੀਆਂ ਹੀ ਵਿਆਪੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ[6] ਤੇ ਇੰਦਰੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।[7]

ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ ਤੇ ਕਰਮ-ਇੰਦਰੇ ਸਾਨੂੰ ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਵੱਲ ਇਤਨਾ ਰੁਚਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੰਦਰ ਦੇ ਚੇਤਨਾ-ਸ੍ਰੋਤ (ਆਤਮਾ) ਨੂੰ ਨਿੱਪਟ ਭੁਲਾ ਹੀ ਦੇਂਦੇ ਹਾਂ।

---

1. ...ਇਹੁ ਮਨੁ ਉਡਨ ਪੰਖੇਰੂ ਬਨ ਕਾ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1253)*
2. ਇਹੁ ਮਨੁ ਖੇਲੈ ਹੁਕਮ ਕਾ ਬਾਧਾ ਇਕ ਖਿਨ ਮਹਿ ਦਹ ਦਿਸ ਫਿਰਿ ਆਵੈ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1260)*
3. ਕਾਇਆ ਨਗਰੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਾਜਾ ਪੰਚ ਵਸਹਿ ਵੀਚਾਰੀ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 907)*
4. ਇਹੁ ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਵਸਿ ਨ ਆਵੈ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 127)*
5. ਇਹੁ ਮਨੁ ਧੰਧੈ ਬਾਂਧਾ ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1176)*
6. ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਅਧਿਕਾਈ...॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 565)*
7. ਇੰਦ੍ਰੀ ਧਾਤੁ ਸਬਲ ਕਹੀਅਤ ਹੈ ਇੰਦ੍ਰੀ ਕਿਸ ਤੇਂ ਹੋਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 993)*

5.3.2.1 ਵਿਚਾਰ - 1

ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਉਹੋ ਕੁਝ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਵਿਚਾਰ (ਜਾਂ ਬੀਚਾਰ) ਬੜਾ ਬਹੁ-ਅਰਥਕ ਬੋਲ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਰਣਾਂ ਵਿਚ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਅਰਥ ਦੇਂਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਅਰਥ ਹੈ 'ਸਮਝਣਾ' ਜਾਂ 'ਸਮਝਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨਾ'; ਜਿਵੇਂ:

ਰਤਨਾ ਪਾਰਖੁ ਜੋ ਹੋਵੈ ਸੁ ਰਤਨਾ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 589)*

ਜਾਂ

ਕਰਿ ਬੀਚਾਰੁ ਆਚਾਰੁ ਪਰਾਤਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)*

ਇਕ ਹੋਰ ਅਰਥ ਹੈ 'ਅੰਤਰਧਿਆਨਤਾ' ਜਾਂ 'ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣਾ'; ਜਿਵੇਂ:

...ਜਿਥੈ ਸਚੇ ਕਾ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੋ ਰਾਮ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 769)*

ਜਾਂ

ਆਪੁ ਵੀਚਾਰੇ ਗਿਆਨੀ ਸੋਈ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1040)*

ਤੀਜਾ ਅਰਥ ਹੈ, 'ਫ਼ੈਸਲਾ'; ਜਿਵੇਂ:

ਨਾਨਕ ਸਚਾ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਪੂਛਿ ਨ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 17)*

ਜਾਂ

ਖੋਜ ਬੂਝਿ ਜਉ ਕਰੈ ਬੀਚਾਰਾ॥
ਤਉ ਭਵਜਲ ਤਰਤ ਨ ਲਾਵੈ ਬਾਰਾ॥ *(ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)*

ਚੌਥਾ ਅਰਥ ਹੈ, 'ਸੋਝੀ'; ਜਿਵੇਂ:

ਮੈਲੇ ਹਛੇ ਕਾ ਵੀਚਾਰੁ ਆਪਿ ਵਰਤਾਇਸੀ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 730)*

ਜਾਂ

ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*

ਇਕ ਹੋਰ ਅਰਥ ਹੈ, 'ਖੋਜਣਾ', 'ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨਾ'; ਜਿਵੇਂ:

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਇਹੁ ਗੁਫਾ ਵੀਚਾਰੇ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 127)*

ਇਕ ਹੋਰ ਅਰਥ ਹੈ 'ਮਿਸਾਲ', 'ਉਦਾਹਰਣ'; ਜਿਵੇਂ:

...ਰਹਹਿ ਜਗਤ੍ਰ ਜਲ ਪਦਮ ਬੀਚਾਰ॥ *(ਸਵਈਏ ਮਹਲੇ ਦੂਜੇ ਕੇ, ਪੰਨਾ 1391)*

ਉਪਰੋਕਤ ਅਰਥ ਭਾਵੇਂ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਪਰੋਖ ਸਾਂਝ ਜ਼ਰੂਰ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੱਭੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਗਿਆਨਵਾਚਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਹੋ ਇਸ ਦਾ ਸਾਰ ਅਰਥ ਹੈ।[1]

---

1. ਇਕ ਅਰਥ 'ਬੀਚਾਰ' ਪਦ ਦਾ ਹੋਰ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਹੈ 'ਨਿੰਦਤ ਆਚਾਰ'; ਜਿਵੇਂ:
   ਹਲੁ ਬੀਚਾਰੁ ਵਿਕਾਰ ਮਣ...॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 955)*
   'ਬਿਚਾਰਾ' ਪਦ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਅਰਥ ਹੈ 'ਨਿਮਾਣਾ ਪੁਰਖ' ਜਾਂ 'ਗ਼ਰੀਬ ਬੰਦਾ'; ਜਿਵੇਂ:
   ਕਿਰਤੁ ਪਇਆ ਨਿੰਦਕ ਬਪੁਰੇ ਕਾ ਕਿਆ ਓਹੁ ਕਰੈ ਬਿਚਾਰਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 380)*
   ਪਰ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਚ ਉਪਰ ਆਏ ਗਿਆਨਵਾਚਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਰਥ ਹੀ ਸੰਗਤ ਹਨ।

5.3.2.2 ਵਿਚਾਰ - 2

ਇਕ ਇਕੱਲਾ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਸਾਰੀ ਅਨੰਤਤਾ ਨੂੰ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਿਚਾਰ ਵਿਸ਼ਵ ਅੰਦਰ ਬੜੀ ਸੂਖਮ, ਸਜੀਵ, ਅਰੋਕ ਸ਼ਕਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਜੀਵਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸ਼ਕਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਵਜ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੰਦਾ ਨਿਬੜ ਵੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਚਾਰ ਹੀ ਕਰਮ ਦੀ ਭੂਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਕਰਮ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਰਮ ਤਾਂ ਕੀ, ਬੋਲ ਵੀ ਅਸੰਭਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਬੋਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਚਾਰ ਨਿਹਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[1]

ਉੱਤਮ ਵਿਚਾਰ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਉੱਤਮ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਖੋਜ ਬੂਝ ਨਾਲ ਜੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਸੰਸਾਰੀ ਪਦਾਰਥ ਤਾਂ ਕੀ, ਪਰਮਾਰਥਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਵੀ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਹਾਸਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।[2] ਵਿਚਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਹੱਥ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਚਾਰ ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਥਰਥਰਾਹਟ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ ਅੰਦਰ ਜਾ ਥਰਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਸੁੰਦਰ, ਸ਼ੁੱਧ ਤੇ ਕਮਾਵਣ ਜੋਗ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮਾਰਮਿਕ ਹਿਰਦਿਆਂ ਅੰਦਰ ਉਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਥਰਕਣਾਂ ਜਗਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਕੁਰੂਪ, ਅਸ਼ੁੱਧ ਜਾਂ ਅਸੰਭਵ ਹੋਣ ਤਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਕੁਕਰਮ ਤੇ ਕੁਰੀਤੀਆਂ ਦੀ ਗੂੰਜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਬੁੱਝਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਉਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਕਿਉਂ ਹਾਂ ?[3] ਇਸ ਮਨ ਦੀਆਂ ਛੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਹਿਤ ਕੈਸੇ ਵਿਚਾਰ ਕਮਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ? ਵਿਚਾਰਿਆਂ ਹੀ ਪਤਾ ਚੱਲੇਗਾ ਕਿ ਤੱਤ ਬੀਚਾਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਤ੍ਰਿਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।[4] ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਮੁਖ ਲੋਕ ਤੱਤ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।[5] ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।[6] ਜੋ ਤੱਤ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਭਥੇ ਇਕ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਪਰਾਇਆ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ। ਜਦ ਤੋੜੀ ਆਪਣੇ ਤੇ ਪਰਾਏ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਤੋੜੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵਿੱਥ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[7] ਇਸ ਲਈ :

ਐਸਾ ਜੋਗੀ ਜੁਗਤਿ ਬੀਚਾਰੈ॥ ਪੰਚ ਮਾਰਿ ਸਾਚੁ ਉਰਿ ਧਾਰੈ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 223)

---

1. ਸਗਲ ਬੋਲਨ ਕੇ ਮਾਹਿ ਬੀਚਾਰ॥ *(ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 872)*
2. ਖੋਜ ਬੂਝਿ ਜਉ ਕਰੈ ਬੀਚਾਰਾ॥ ਤਉ ਭਵਜਲ ਤਰਤ ਨ ਲਾਵੈ ਬਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)*
3. ਕਿੰਕਰੀ ਬਿਕਾਰ॥ ਦੇਖੁ ਰੀ ਬੀਚਾਰ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1229)*
4. ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਤਰੰਗ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੀ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1331)*
5. ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੂਝੈ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰਾ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 109)*
6. ਤਤੁ ਬੀਚਾਰਿ ਕਿਆ ਅਵਰਿ ਬੀਚਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 327)*
7. ਆਨ ਆਪਨਾ ਕਰਤ ਬੀਚਾਰਾ ਤਉ ਲਉ ਬੀਚੁ ਬਿਖਾਈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 609)*

5.3.3 ਵਿਕਲਪ ਤੇ ਸੰਕਲਪ

ਸੋਚਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਸੋਚ ਲਵੋ, ਪਰ ਇਕ ਵਾਰੀ ਦਾ ਸੋਚਿਆ ਫਿਰ ਅਸੋਚਿਆ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੇਗਾ।

ਵਿਕਲਪ ਐਸੀ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਧੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ ਕੋਈ ਸ਼ਬਦ ਤਾਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ—'ਆਕਾਸ਼ੀ ਫੁੱਲ'—ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਤਾਂ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਸ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਝਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ—ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸਹੀ ਗਿਆਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹਨ : (1) ਇਕ ਵਸਤ, (2) ਸ਼ਬਦ, ਤੇ (3) ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਵਰਤਦਾ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਗਿਆਨ। ਵਿਕਲਪ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ : ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਦੂਜਾ ਜੋੜਨ-ਹਾਰਾ ਗਿਆਨ; ਪਰ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹ ਗਿਆਨ ਜੋੜਦਾ ਭਾਸਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਐਸਾ ਗਿਆਨ ਭਰੋਸੇ ਯੋਗ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਵਿਕਲਪ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਰੂਪ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਕਿ ਜਿਥੇ ਸਮਾਨਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਇਹ ਫ਼ਰਕ ਦਿਖਾਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਥੇ ਫ਼ਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਸਮਾਨਤਾ ਦਿਖਾਲਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਬੰਦਾ ਰਾਹੂ ਦੇ ਸਿਰ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰਾਹੂ ਇਕ ਕਲਪਿਤ ਦਾਨਵ ਹੈ, ਜੋ ਕੇਵਲ ਸਿਰ ਹੀ ਸਿਰ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਬਾਕੀ ਸਰੀਰ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਹੁਣ 'ਰਾਹੂ ਦਾ ਸਿਰ' ਕਹਿਣ ਵਿਚ ਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਫ਼ਰਕ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਵੇਂ ਜੇ ਕੋਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, 'ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ' ਤਾਂ ਉਹ ਜਿਥੇ ਫ਼ਰਕ ਹੈ ਨਹੀਂ, ਉਥੇ ਫ਼ਰਕ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਆਪਾ ਤਾਂ ਹੈ ਹੀ ਚੇਤਨਾ, ਫਿਰ ਆਪੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਕੈਸੀ ?

ਇਉਂ ਵਿਕਲਪ ਅਭਾਵੀ (ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ) ਵਸਤੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਰਮ ਨਾਲ ਰਲਦਾ-ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਭਰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਅਸਾਂ ਭਾਵੇਂ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਸੱਪ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਦ ਰੱਸੀ ਰੱਸੀ ਹੋ ਕੇ ਦਿਸ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸੱਪ ਹੋਣ ਦਾ ਭਰਮ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ 'ਆਕਾਸ਼ੀ ਫੁੱਲ' ਨੂੰ ਖੰਡਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਗਿਆਨ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸੰਖੇਪ ਵਿਚ ਵਿਕਲਪ ਮਨੁੱਖੀ ਕਲਪਨਾ ਦੇ ਕਲਪੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸੰਕਲਪ ਵਿਕਲਪ ਸ਼ਬਦ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਆਏ। ਪਰ ਮਨ ਬਾਰੇ ਸਨਾਤਨੀ ਵਿਚਾਰ ਸੰਕਲਪਾਂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣਾ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਉਲਟ ਸੰਕਲਪ ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਢੱਬ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤਿੰਨੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ—ਸ਼ਬਦ, ਵਸਤੂ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਗਿਆਨ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਤੇ ਸੰਕਲਪ ਪ੍ਰਤੱਖ ਗਿਆਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਲਪ ਕੇਵਲ ਕਲਪਨਾ ਸ਼ਕਤੀ ਪੁਰ। ਵਿਕਲਪ ਤੇ ਸੰਕਲਪ ਦੋਵੇਂ ਮਨ ਦੀਆਂ ਹੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਨ।

5.3.4 ਸੰਸਕਾਰ

ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਰੇਤਾਂ ਉੱਤੇ ਜੋ ਕਦਮ ਇਕ ਵਾਰ ਧਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,
ਉਸ ਦਾ ਪੈਰ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਖਿੰਡਦੀਆਂ ਰੇਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚੇਤੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਕਾਰ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਕਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਜੋ ਵਿਚਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਰਨ ਉਪਰਾਂਤ ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਇਥੇ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਨ ਨਾਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਨਾਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਸ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਆਕਾਂਖਿਆਵਾਂ, ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਵਿਚਾਰ ਆਦਿ। ਇਹ ਸਭ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ। ਸੰਸਕਾਰ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਰੁਝਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ। ਸੰਸਕਾਰ ਵਿਚ ਹੀ ਚੇਤਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਿਛਲੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦਾ, ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦਾ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਅਗਲੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਤੇ ਅਗਲੇ ਸਰੀਰ ਦਾ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸੰਸਕਾਰ ਦੀ ਗੱਲ ਭਗਤ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ ਦੇ ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਕਿਵੇਂ ਉਸ ਦਾ ਅਗਲਾ ਜਨਮ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਲਛਮੀ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਸਰਪ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅਰੀ ਬਾਈ ਗੋਬਿਦ ਨਾਮੁ ਮਤਿ ਬੀਸਰੈ ॥ਰਹਾਉ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਇਸਤ੍ਰੀ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਬੇਸਵਾ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਲੜਿਕੇ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਸੂਕਰ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਮੰਦਰ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਪ੍ਰੇਤ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਨਾਰਾਇਣੁ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਬਦਤਿ ਤਿਲੋਚਨੁ ਤੇ ਨਰ ਮੁਕਤਾ ਪੀਤੰਬਰੁ ਵਾ ਕੇ ਰਿਦੈ ਬਸੈ ॥

(ਗੂਜਰੀ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ, ਪੰਨਾ 526)

ਐਸੀ ਮਨੌਤ ਉਹਲੇ ਦੋ ਸਿਧਾਂਤ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਤਾਂ ਆਵਾਗਵਨ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ। ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਾਤਮਾ ਇਕ ਸਰੀਰ ਤਿਆਗਣ ਤੋਂ ਬਾਦ, ਦੂਜੇ ਕਿਸੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦਾ। ਇਕ ਜਨਮ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਅਗਲੇ ਜਨਮ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਖ਼ਾਸਕਰ ਉਹ ਰੁਝਾਨ ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਕਮਾਏ ਗਏ ਹੋਣ ਤੇ ਅੰਤਲੇ ਛਿਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ, ਉਹਨਾਂ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦਾ ਨਾਲ ਜਾਣਾ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਨਾ ਬੇਹੱਦ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

5.4 ਮਨ ਦਾ ਸੁਭਾਉ

ਜਵਾਨੀ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਅਉਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਬੁਢੇਪੇ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਹੀ।

ਮਨ ਦਾ ਇਕ ਸੁਭਾਉ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਵੀ ਇਹ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇ, ਉਸ ਦਾ ਰੰਗ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[1] ਸੋ, ਜੇ ਇਹ ਬਦੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੇ ਤਾਂ ਬਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਅਉਗਣ ਚਿਤਾਰੇ ਤਾਂ ਨਿੰਦਕ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਣ ਨਿਬੜਦਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਉਗਣਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਗ੍ਰਹਿਣ ਵੀ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਵੀ ਮਨ ਦੇ ਇਸ ਸੁਭਾਉ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਨ ਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ ਜਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2] ਗੁਣਵਾਨਾਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਉਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਸੁਖਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਆਪਣੇ ਮਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਪਉੜੀ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਨ ਬਾਰੇ ਕਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਦੇ ਹਨ; ਇਹ ਗਿਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਉਦਾਸੀ, ਅਵਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਬਿਨਾਸੀ; ਚੰਚਲ ਹੈ ਕਿ ਬੈਰਾਗੀ ? ਇਸ ਨੂੰ ਮਮਤਾ ਕਿਥੋਂ ਆਣ ਚੰਬੜੀ ? ਆਦਿ।[2] ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਵਿਚਾਰ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਐਸੇ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ ਧਿਆਨ ਜੁੜਦਾ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਝਦਾ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਭ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹੋਣਾ ਸੁਖਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਸ ਦਾ ਅਮਿੱਤ ਓਜ ਸਾਰੇ ਜਗ 'ਤੇ ਛਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੀਏ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਓਜ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਸ਼ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਨਸੀਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਧਿਆਨ ਧਰਹੁ ਤਿੰਹ ਕੋ ਮਨ ਮੈ
ਜਿਹ ਕੋ ਅਮਿਤੋਜੁ ਸਭੈ ਜਗ ਛਾਇਓ। *(ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ 250-4)*

---

1. ਜਾਪ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਣਾਤਮਕ ਕਰਮ-ਨਾਮ ਅੰਕਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਣੀ ਦੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਾਠ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਬੁਲਾਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
2. ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਿਰਹੀ ਕਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਉਦਾਸੀ॥ ਕਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਅਵਰਨੁ ਸਦਾ ਅਵਿਨਾਸੀ॥
   ਕਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਕਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਬੈਰਾਗੀ॥ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਮਮਤਾ ਕਿਥਹੁ ਲਾਗੀ॥
   ਪੰਡਿਤ ਇਸੁ ਮਨ ਕਾ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰੁ॥ ਅਵਰੁ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਪੜਹਿ ਉਠਾਵਹਿ ਭਾਰੁ॥
   (ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1261)
3. ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਵੈ ਸੋਈ ਬੂਝੈ ਗੁਣ ਕਹਿ ਗੁਣੀ ਸਮਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 110)*

5.4.1.1 ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਖਚਿਤ - 1

ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ, ਕਿਤੇ ਪਰਛਾਵੇਂ ਦੇ ਭੁਲਾਵੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਵਸਤ ਨਾ ਗੁਆ ਬੈਠਣਾ।

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਮੂਲੋਂ ਤਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਈ ਹੈ, ਪਰ ਅਨੇਕਾਂ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਵਾਲੀ ਮਾਇਆ[1] ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਧਕਾਰਮਈ ਬਣਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਦੇ ਰੂਪ ਬੜੇ ਮਨਮੋਹਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਠੱਗ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਲਗਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਇਆ ਕਦੇ ਕੁਟੰਬ ਦੇ ਜੀਅ ਬਣ ਕੇ, ਕਦੇ ਜੋਬਨ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਬਣ ਕੇ, ਕਦੇ ਧਨ ਸੰਪੱਤੀ ਦਾ ਲੋਭ ਬਣ ਕੇ, ਕਦੇ ਆਪੇ ਦਾ ਮਦ ਬਣ ਕੇ ਆਣ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਠੱਗ-ਮੂਰੀ ਪਿਆਲ ਕੇ ਮਦਹੋਸ਼ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।[2]

ਇਹ ਮਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਦਾਸੀ,[3] ਪਰ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਮਲ ਦਾ ਗਲੋਲਾ ਦੇ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਿਰ ਭੁਆ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਛਿਨ-ਭੰਗੁਰ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਮਗਰ ਲਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਰੈਣ ਬਸੇਰਾ ਛੇਤੀ ਹੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ।[4] ਇਉਂ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਸੁਧਾ ਧੋਖਾ ਹੈ।[5] ਇਹ ਹਰ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵ ਦੇ ਮਨ ਨਾਲ ਸਰਪਣ ਵਾਂਗ ਲਿਪਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਕੜ ਵਿਚ ਆਏ ਮਨ ਉਸੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ ਸੇਵਾ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਡੰਗ ਮਾਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[6]

ਮਾਇਆ ਜੀਆਂ ਦੇ ਮਨ ਉਪਰ ਐਸਾ ਕਰੜਾ ਫੰਦਾ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਦੇ ਚੁੰਗਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਹਰੇਕ ਦਾ ਮਨ ਵਿਸ਼ ਰੂਪੀ ਉਨਮਾਦ (ਵਿਸ਼-ਮਾਦ) ਰਾਹੀਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7]

ਮਨ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹਿਆ ਇਤਨਾ ਸ਼ੁਦਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਸੁਣਨ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।[8] ਸੋ ਮਨ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਮਨਮੁਖਾਂ ਦਾ ਹਾਲ ਐਸਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰਮੁਖ ਲੋਕ ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਹਨ, ਮਾਇਆ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਇਸ ਦੀ ਪਕੜ ਤੋਂ ਬੱਚ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ :

ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਵਿਣੁ ਦੰਤਾ ਜਗੁ ਖਾਇਆ ॥
ਮਨਮੁਖ ਖਾਧੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਉਬਰੇ ਜਿਨੀ ਸਚਿ ਨਾਮਿ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥

(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 643)

---

1. ਮਾਇਆ ਬਿਆਪਤ ਬਹੁ ਪਰਕਾਰੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)*
2. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਸੁਤ ਬੰਧਪ ਘਰ ਨਾਰਿ ॥ ਧਨਿ ਜੋਬਨਿ ਜਗੁ ਠਗਿਆ ਲਬਿ ਲੋਭਿ ਅਹੰਕਾਰਿ ॥ ਮੋਹ ਠਗਉਲੀ ਹਉ ਮੁਈ ਸਾ ਵਰਤੈ ਸੰਸਾਰਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 61)*
3. ਮਾਇਆ ਬੰਦੀ ਖਸਮ ਕੀ ਤਿਨ ਅਗੈ ਕਮਾਵੈ ਕਾਰ ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 90)*
4. ਅਮਲੁ ਗਲੋਲਾ ਕੂੜ ਕਾ ਦਿਤਾ ਦੇਵਣਹਾਰਿ ॥ ਮਤੀ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਖੁਸੀ ਕੀਤੀ ਦਿਨ ਚਾਰਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 15)*
5. ਬਾਬਾ ਮਾਇਆ ਰਚਨਾ ਧੋਹੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 15)*
6. ਮਾਇਆ ਹੋਈ ਨਾਗਨੀ ਜਗਤਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ ॥ ਇਸ ਕੀ ਸੇਵਾ ਜੋ ਕਰੇ ਤਿਸ ਹੀ ਕਉ ਫਿਰਿ ਖਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 510)*
7. ਮਨੁ ਸੋਇਆ ਮਾਇਆ ਬਿਸਮਾਦਿ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)*
8. ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਵੇਖਣੁ ਸੁਨਣੁ ਨ ਹੋਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 83)*

5.4.1.2 ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਖਚਿਤ - 2

ਏਡਾ ਅਸੀਮ ਮਾਇਆਵੀ ਸੰਸਾਰ ਮੇਰੇ ਮਨ ਨੇ ਹੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਿਰਜਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਉਹ ਇਸ ਉਪਰ ਵਾਰ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚੂਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਦਾ ਜਟਿਲ ਵਰਤਾਰਾ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੇ ਰਸਤੇ ਹੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਤਨੀ ਬਾਰੀਕੀ ਨਾਲ, ਇਤਨੀ ਚੁਸਤੀ ਨਾਲ ਤੇ ਇਤਨੀ ਪ੍ਰਬੀਨਤਾ ਨਾਲ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਫੰਧੇ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਣਾ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨ ਲਈ ਜੇਕਰ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਅਤਿ ਕਠਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਫ਼ਿਤਰਤ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੈਵਾਨੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਬੜੀ ਔਖੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[2] ਅਸਾਧ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਣਾ ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚੱਟਣ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮਨ ਦਾ ਝੁਕਾਉ ਇਸ ਪਾਸੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਐਸਾ ਸਾਹਸ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਮਨ ਸਾਧਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[3] ਇਹ ਬੜੀ ਕਠਿਨ ਘਾਲਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰਬਤੀ ਚੜ੍ਹਾਈ ਵਰਗੀ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ, ਬਿਨਾਂ ਦੈਵੀ ਮਦਦ ਦੇ, ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[4] ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਇਤਨਾ ਹੱਠ ਧਰਮੀ ਤੇ ਵਿਦ੍ਰੋਹੀ ਸੁਭਾਉ ਵਾਲਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮਨਮੋਹਣੇ ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣ ਦਾ ਮਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਣਾ ਸਕਦਾ—ਭਾਵੇਂ ਮਾਇਆ ਦੰਦਾਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਖਾਂਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,[5] ਪਰ ਮਨੁੱਖ 'ਸੀ' ਤਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਉਹ ਮਾਇਆਵੀ ਚਿੱਕੜ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਮਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ। ਇਸੇ ਦਲਦਲ ਵਿਚ ਧੱਸਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਦੇ ਬਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਰਾਹ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੰਗਿਆਈ ਵੱਲ ਤੁਰਨੋਂ ਆਲਸ ਕਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[6] ਇਹ ਰੱਬ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਤੁਰਦਾ। ਮਾਇਆਵੀ ਦ੍ਵੈਤ ਵੱਲ ਹੀ ਭੱਜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਮਨਮੁਖ ਦਾ ਮਨ ਹੁੰਦਾ ਐਸਾ ਹੀ ਹੈ।[7] ਦ੍ਵੈਤ-ਗ੍ਰਸਤ, ਭਾਵੇਂ ਦੁਖੀ ਹੀ ਦੁਖੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਜਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਮਾਇਆ ਦੀ ਇਹ ਮਿੱਠੀ ਜ਼ਹਿਰ ਸਾਡੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਆਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਹੀ ਪਾਈ ਹੈ:

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ॥
ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ॥

(ਅਨੰਦੁ, ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 918)

ਇਸ ਲਈ ਉਸਦੀ ਕਿਰਪਾ ਬਾਝੋਂ ਇਸ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕਦਾ।[8]

---

1. ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੈ ਰਮਿ ਰਹਿਓ ਨਿਕਸਤ ਨਾਹਿਨ ਮੀਤ॥
   ਨਾਨਕ ਮੂਰਤਿ ਚਿਤ੍ਰ ਜਿਉ ਛਾਡਿਤ ਨਾਹਿਨ ਭੀਤਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1428)*
2. ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 9)*
3. ਮਨੁ ਅਸਾਧੁ ਸਾਧੈ ਜਨੁ ਕੋਇ॥ ਅਚਰੁ ਚਰੈ ਤਾ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
4. ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਅੰਤਰਿ ਦਰਿ ਸਚੈ ਸੋਭਾ ਪਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 114)*
5. ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਵਿਣੁ ਦੰਤਾ ਜਗੁ ਖਾਇਆ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਵਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 643)*
6. ਚੰਗਿਆਈ ਆਲਕੁ ਕਰੇ ਬੁਰਿਆਈ ਹੋਇ ਸੇਰੁ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਵਾਰ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 518)*
7. ਮਨਮੁਖ ਮੰਨੁ ਅਜਿਤੁ ਹੈ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ॥
   ਤਿਸ ਨੋ ਸੁਖੁ ਸੁਪਨੈ ਨਹੀ ਦੁਖੇ ਦੁਖਿ ਵਿਹਾਇ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਵਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 644)*
8. ਜਿਸ ਨੋ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੋ ਪਾਏ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਉਮੈ ਜਾਏ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 114)*

5.4.2 ਚੰਚਲਤਾ

ਪਾਰੇ ਕੋਲੋਂ ਵੱਧ ਬੇਆਰਾਮ ਮਨ, ਭਾਵਾਂ ਦੇ ਬਰਕਾਂਬੇ ਹੰਢਾਉਂਦਾ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੁੱਥਮ-ਗੁੱਥਾ ਹੁੰਦਾ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਦੇ ਬਾਨ੍ਹਣੂ ਬੰਨ੍ਹਦਾ, ਦਿਵਾ ਸੁਪਨ ਸਿਰਜਦਾ ਤੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਰੂਪੀਆ ਹੋਇਆ ਭੱਜਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

ਚੰਚਲਤਾ ਅਣਸਾਧੇ ਮਨ ਦਾ ਅਵਿਰਲ ਸੁਭਾਉ ਹੈ। ਇੰਦਰੀਆਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ। ਵਾਸ਼ਨਾਯੁਕਤ ਹੋਣਾ ਇਸ ਦੀ ਭਾਵੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਜਿਧਰ ਇੰਦਰੀਆਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁੜਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਦੌੜੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸ਼ੈ ਮਿੱਠੀ ਲੱਗੇ ਸਹੀ, ਇਹ ਮੱਖੀ ਵਾਂਙੂ ਉਸ ਉਪਰ ਭਿਨਭਿਨਾਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਵਿਚ ਮਰ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਜਾਵੇ।[1]

ਇਹ ਚੰਚਲ ਵੀ ਹੈ, ਬੇਆਰਾਮ ਵੀ। ਇਥੇ ਉਥੇ ਹਰਥੇ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਰੰਗ ਵਟਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਾਂਗਲੀ-ਪੁਣਾ ਖਿਲਾਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਇਹ ਕਦੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਜੀਵਨ ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਸੋਝੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਭੱਜਦਾ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾੜੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ। ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਟੱਕਰਾਂ ਮਾਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਗੰਦਗੀ ਉਪਰ ਜਾ ਡਿਗਦਾ ਹੈ।[2] ਕਦੇ ਚੰਗੇ ਪਾਸੇ ਰੁਝਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।[3] ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਚ, ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹਰ ਪਾਸੇ ਟੱਕਰਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਜ਼ਹਿਰ ਹੀ ਖਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਤੀਲੇ ਨਾਲ ਹੀਰਾ ਵੇਧਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ, ਕੱਚੀ ਤੰਦ ਨਾਲ ਹਾਥੀ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਨਾ ਬਿਲਕੁਲ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ।[5] ਇਹ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੀ ਭੈੜੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਹੀ ਪਿਆਰ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧੱਕੇ ਖਾ ਕੇ ਵੀ ਰਾਜ਼ੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦਾ ਭੁਚਲਾਇਆ ਬਾਗ਼ੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਜੇ ਚੰਗੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਜਾ ਵੀ ਬੈਠੇ ਤਾਂ ਉਥੋਂ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਕਿਸਾਨ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਵੱਤਰ ਦੇਣ ਲਈ ਖੂਹ ਤਾਂ ਚਲਾ ਲਏ, ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਬੈਲ ਵੇਲਾਂ ਚਰਨ ਜੰਗਲ ਵੱਲ ਨਿਕਲ ਗਏ ਹੋਣ। ਉਹ ਜੰਗਲ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਉਸ ਵਿਚ ਚਰਨ ਗਏ ਬੈਲ। ਸੰਸਾਰਕ ਰਾਗ-ਰੰਗ ਖੂਹ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਿਰਾ ਖੇਲ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਕੋਈ ਨਹੀਂ :

ਗਾਵਹਿ ਰਾਗ ਭਾਤਿ ਬਹੁ ਬੋਲਹਿ ਇਹੁ ਮਨੂਆ ਖੇਲੈ ਖੇਲ॥
ਜੋਵਹਿ ਕੂਪ ਸਿੰਚਨ ਕਉ ਬਸੁਧਾ ਉਠਿ ਬੈਲ ਗਏ ਚਰਿ ਬੇਲ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 368)

---

1. ਮਖੀ ਮਿਠੈ ਮਰਣਾ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1286)*
2. ਮਨਮੁਖ ਅੰਧੇ ਠਉਰ ਨ ਪਾਈ॥ ਬਿਸਟਾ ਕਾ ਕੀੜਾ ਬਿਸਟਾ ਮਾਹਿ ਸਮਾਈ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1175)*
3. ਮਨੂਆ ਦਹ ਦਿਸ ਧਾਵਦਾ ਓਹੁ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ॥
   ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਅਧਿਕਾਈ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਨਿਤ ਸੰਤਾਵੈ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 565)*
4. ਇਹੁ ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਵਸਿ ਨ ਆਵੈ॥ ਦੁਬਿਧਾ ਲਾਗੈ ਦਹ ਦਿਸਿ ਧਾਵੈ॥
   ਬਿਖੁ ਕਾ ਕੀੜਾ ਬਿਖੁ ਮਹਿ ਰਾਤਾ ਬਿਖੁ ਹੀ ਮਾਹਿ ਪਚਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 127)*
5. ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਹਿਓ ਨ ਜਾਈ॥ ਚੰਚਲ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਯਾ ਤੇ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਾਈ॥
   (ਗਉੜੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 219)

5.4.3 ਚਾਲਬਾਜ਼ੀਆਂ

ਮਨ ਬੜਾ ਚਾਲਬਾਜ਼ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਹ ਚਾਲਬਾਜ਼ੀ 'ਤੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
ਤਾਂ ਚਿਹਰੇ ਉੱਪਰ ਮੀਸਣੇਪਣ ਦੀ ਛਾਪ ਲਗਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿਖਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਮਾਲਕ, ਇਸ ਦੇ ਚਾਲਕ ਹਾਂ। ਏਹੋ ਕੂੜਾਵਾ ਭਰੋਸਾ ਦੇ ਕੇ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਬੇਵਕੂਫ਼ ਬਣਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਛਲ-ਕਪਟ ਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਹੇਰਾਂ-ਫੇਰੀਆਂ ਅਤਿ ਚੁਸਤ ਤੇ ਬਹੁਤ ਦੁਰਬੋਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ; ਛੇਤੀ ਕੀਤੇ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ। ਸਾਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰਨ ਲਈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਹੁਕਮਰਾਨੀ ਸਾਡੇ ਉੱਪਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹ ਧਰਮ-ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਸਲੋਕ ਵੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਰਤ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਉਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਮੁਲੰਮਾ ਦੇ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਬਦੀ ਨੂੰ ਨੇਕੀ ਦਾ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਮਾਂਦਰੂ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਥ-ਭ੍ਰਸ਼ਟ ਤੇ ਕੁਰਾਹੀਆ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਇਸ ਦੇ ਕਰੜੀ ਖੋਟ ਹੈ। ਪਾਖੰਡ ਇਹ ਬੜੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਾਲ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਪਟ ਇਸ ਦੀਆਂ ਰਗਾਂ ਵਿਚ ਵੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[1] ਭੈੜੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਸਿੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਬੜੀਆਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦਲੀਲਾਂ ਦੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਦਾਚਾਰਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਘੋਟਦਾ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਦੇ ਲੁਭਾਉਣੇ ਰਸਤੇ 'ਤੇ ਆਪ ਭੁੱਲਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਉਂਗਲੀ ਲਾ ਕੇ ਤੋਰੀ ਲਿਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] ਇਹ ਬੜਾ ਕਮੀਨਾ ਹੈ, ਕਮਤਰੀਨ ਹੈ।[3] ਇਸ ਬੇਅਸੂਲੇ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਅਸੂਲ ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਨਿਯਮ ਨਹੀਂ। ਸਦਾ ਚੁਸਤੀਆਂ ਚਾਲਾਕੀਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਤਕ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਨਾ ਕਰੀਏ, ਇਸ ਦੀਆਂ ਚਾਲਬਾਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਪੂਰਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ:

ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਸਭੁ ਕੋਈ ਕਰੈ॥
ਕਰਤਾ ਹੋਇ ਸੁ ਅਨਭੈ ਰਹੈ॥ *(ਭੈਰਉ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 1167)*

---

1. ਪਾਖੰਡ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਮਨਿ ਕਪਟੁ ਕਮਾਹਿ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1169)*
2. ਮਨੁ ਭੂਲਉ ਭਰਮਸਿ ਆਇ ਜਾਇ॥
ਅਤਿ ਲੁਬਧ ਲੁਭਾਨਉ ਬਿਖਮ ਮਾਇ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1187)*
3. ਮਨ ਕਮੀਨ ਕਮਤਰੀਨ ਤੂ ਦਰੀਆਉ ਖੁਦਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1291)*

5.4.4 ਚਿੰਤ ਭਵਨ

ਮੂੜ੍ਹ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਮਨ ਜਿਤਨਾ ਸਿਆਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਉਤਨੀਆਂ ਹੀ ਵੱਧ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਮਨ ਪਾਸ ਕਲਪਨਾ ਇਕ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਥਿਆਰ ਹੈ। ਇਹ ਹਥਿਆਰ ਹੈ ਵੀ ਦੋਧਾਰਾ। ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਸਿੱਧਾ ਵਗੇ, ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਅਪੁੱਠਾ। ਜੇਕਰ ਅਪੁੱਠਾ ਵਗੇ ਤਾਂ ਘੋਰ ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਸਮ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕਲਪਿਤ ਭਉ ਤੇ ਤ੍ਰਾਸ, ਬੇਹਿਸਾਬੇ ਵਧਾਅ ਚੜ੍ਹਾਅ ਕੇ ਸੋਚੀਆਂ ਔਕੜਾਂ, ਮਨਘੜਤ ਬਦਕਿਸਮਤੀਆਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਡਰਾਮੇਬਾਜ਼ੀਆਂ, ਰੇਤ ਦੇ ਕਿਲ੍ਹੇ ਬਣਾਉਣੇ ਤੇ ਢਾਹੁਣੇ, ਐਸੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕੰਮ ਅਮੁਧੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੰਦਾ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਮੰਨ ਬੈਠਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਮਦਾਰੀਆਂ ਵਾਲੀ ਹੁਨਰਮੰਦੀ, ਸਾਨੂੰ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾ ਸੁੱਟਦੀ ਹੈ। ਕਲਪਨਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਦੋਚਿੱਤੀਆਂ ਵਿਚ ਭਟਕਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੁਬਿਧਾ ਅੰਨ੍ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅੰਨ੍ਹੀ ਕਾਰ ਹੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭੁਲਾਇਆ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਾਣੀ ਭਰਮਾਂ ਦੇ ਗੁਬਾਰ ਵਿਚ ਹੀ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[1] ਇਹ ਮਨ ਨੂੰ ਵੀ ਅੰਨ੍ਹਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਅੰਨ੍ਹੀ ਮਤਿ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗ ਤੁਰਦਾ ਹੈ।[2] ਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਦੇ ਚਿਤਵੇ ਪਰਿਣਾਮਾਂ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਡਰ ਡਰ ਕੇ ਡਰੀ ਜਾਣਾ ਮਨ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ।[3] ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਡਰਾਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਹੀ ਕੰਬੀ ਮਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ, ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਦੇ ਸਿਰਜੇ ਹੋਏ ਡਰਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਕਤੀ ਘੱਟਦੀ ਹੈ, ਤਾਕਤ ਬਿਨਸਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਸਾਹਸ ਝੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਨਿਤਾਣਾ, ਲਾਚਾਰ, ਬੇਬਸ ਹੋਇਆ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਉੱਤੇ ਝੂਰਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ, ਐਸਾ ਡਰ, ਐਸਾ ਭਉ ਤੇ ਐਸੇ ਤ੍ਰਾਸ ਤਾਈਂ ਕੱਟਣ ਦਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਫਸਿਆ ਪਿਆ ਹੈ, ਕੀ ਸਾਧਨ ਹੈ ? ਇਸ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇਕ ਸਾਧਨ ਹੈ ਨਿਰਭਉ ਦਾ ਧਿਆਨ, ਨਿਰਭਉ ਦਾ ਜਾਪ।

ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਛੁਟੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

ਤਦ ਫਿਰ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਨਿਰਭਉ ਭਏ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟਿਆ ਰਾਖੇ ਰਾਖਨਹਾਰੇ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 383)

---

1. ਦੁਬਿਧਾ ਦੁਰਮਤਿ ਅਧੁਲੀ ਕਾਰ॥ ਮਨਮੁਖਿ ਭਰਮੈ ਮਝਿ ਗੁਬਾਰ॥੧॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1190)*
2. ਮਨੁ ਅੰਧੁਲਾ ਅੰਧੁਲੀ ਮਤਿ ਲਾਗੈ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1190)*
3. ਡਰਿ ਡਰਿ ਡਰਣਾ ਮਨ ਕਾ ਸੋਰੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*
4. ਡਰਪਿ ਮੁਈ ਘਰਿ ਆਪਣੈ ਡੀਠੀ ਕੰਤਿ ਸੁਜਾਣਿ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਦਖਣੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 933)*

5.4.5 ਚਿਤਵਨੀਆਂ ਦਾ ਚਿੱਕੜ

ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਪੁਰਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ-ਚਿਤਵਨੀਆਂ ਦਾ ਚਿੱਕੜ ਜਿਹਾ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਆਸਾਂ—ਚੰਗੀਆਂ ਵੀ, ਮੰਦੀਆਂ ਵੀ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਆਧਾਰਿਤ ਮਨਸਾਵਾਂ ਵੀ ਆਉਂਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।[1] ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਣੀ ਉਲਝੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹਉਮੈ, ਸੰਸਾ, ਲੋਭ ਲਾਲਚ ਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਮਾਇਆਵੀ ਕੂੜ ਕਬਾੜ ਵੀ ਉਥੇ ਅਟਿਆ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਕਾਰ ਚਿਤਵਦਾ ਤੇ ਝੂਠੀਆਂ ਆਸਾਂ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਲੈਂਦਾ ਮਨ ਕਿਸੇ ਮਨੋਰਥ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਅੱਪੜਦਾ।[3]

ਦੂਜੇ ਭਾਇ ਲੱਗਾ, ਮਨ ਭਰਮਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਚਿਤਵਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਧੰਧਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਫ਼ਿਕਰ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਕਦੀ ਸੋਚਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।[4] ਜਾਂ ਫਿਰ ਗ੍ਰਿਹਸਤ-ਕੁਟੰਬ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪਿਆ ਕਦੇ ਕੂੜੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਕਦੇ ਰੋਗਾਤਮਕ ਗ਼ਮਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਹੈ।[5]

ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਚੰਗੇ ਮੰਦੇ ਵਿਚਾਰ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੁਖਦ ਦੁਖਦ ਭਾਵ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸਹੀ ਗ਼ਲਤ ਇਰਾਦੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਦੌੜਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਤਨੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗ ਸਹੇੜ ਬੈਠਦਾ ਹੈ।[6] ਅਨੀਂਦੇ ਕੱਟਦਾ ਹੈ।[7]

ਇਉਂ ਇਹ ਮਨ ਅਨੇਕਾਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੇੜ੍ਹਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ :

ਬਿਆਪਤ ਅਹੰਬੁਧਿ ਕਾ ਮਾਤਾ॥ ਬਿਆਪਤ ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਸੰਗਿ ਰਾਤਾ॥
ਬਿਆਪਤ ਹਸਤਿ ਘੋੜੇ ਅਰੁ ਬਸਤਾ॥ ਬਿਆਪਤ ਰੂਪ ਜੋਬਨ ਮਦ ਮਸਤਾ॥
ਬਿਆਪਤ ਭੂਮਿ ਰੰਕ ਅਰੁ ਰੰਗਾ॥ ਬਿਆਪਤ ਗੀਤ ਨਾਦ ਸੁਣਿ ਸੰਗਾ॥
ਬਿਆਪਤ ਸੇਜ ਮਹਲ ਸੀਗਾਰ॥ ਪੰਚ ਦੂਤ ਬਿਆਪਤ ਅੰਧਿਆਰ॥
ਬਿਆਪਤ ਕਰਮ ਕਰੈ ਹਉ ਫਾਸਾ॥ ਬਿਆਪਤਿ ਗਿਰਸਤ ਬਿਆਪਤ ਉਦਾਸਾ॥
ਆਚਾਰ ਬਿਉਹਾਰ ਬਿਆਪਤ ਇਹ ਜਾਤਿ॥ ਸਭ ਕਿਛੁ ਬਿਆਪਤ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਰੰਗ ਰਾਤ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)

---

1. ਆਸਾ ਆਵੈ ਮਨਸਾ ਜਾਇ॥ ਉਰਝੀ ਤਾਣੀ ਕਿਛੂ ਨ ਬਸਾਇ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1330)*
2. ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਹਉਮੈ ਸਹਸਾ ਨਰੁ ਲੋਭੀ ਕੂੜੁ ਕਮਾਇਦਾ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1038)*
3. ਕਬੀਰ ਬਿਕਾਰਹ ਚਿਤਵਤੇ ਝੂਠੇ ਕਰਤੇ ਆਸ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1375)*
4. ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਨਾ॥
   ਬਹੁ ਚਿੰਤਾ ਚਿਤਵੈ ਆਪੁ ਨ ਪਛਾਨਾ॥
   ਧੰਧਾ ਕਰਤਿਆ ਅਨਦਿਨੁ ਵਿਹਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
5. ਗ੍ਰਿਸਤਿ ਕੁਟੰਬਿ ਪਲੇਟਿਆ ਕਦੇ ਹਰਖੁ ਕਦੇ ਸੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 70)*
6. ਜਾ ਕਉ ਚਿੰਤਾ ਬਹੁਤੁ ਬਹੁਤੁ ਦੇਹੀ ਵਿਆਪੈ ਰੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 70)*
7. ਅੰਤਰਿ ਚਿੰਤਾ ਨੀਦ ਨ ਸੋਵੈ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 646)*

5.4.6.1 ਮਨ ਦੇ ਫੁਰਨੇ - 1

ਮਨ ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਅੰਦਰ ਫੁਰਨੇ ਫੁਰੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਇਰਾਦੇ ਉਮਡੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਚਿਤਵਨੀਆਂ ਭੱਜੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਆਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰੇ ?

ਮਨ ਵਿਚ ਕਿਸੀ ਬਿਰਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਨੂੰ ਫੁਰਨਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮਨ ਦੀ ਐਸੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਫੁਰ ਹੋਣਾ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫੁਰਨਿਆਂ ਦਾ ਤਾਂ ਕੋਈ ਸ਼ੁਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਸਨਾਤਨ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ—(1) ਪ੍ਰਮਾਣ, (2) ਵਿਪਰਜ, (3) ਵਿਕਲਪ, (4) ਨਿਦਰਾ, (5) ਸਿਮਰਿਤੀ।

ਪ੍ਰਮਾਣ ਬਿਰਤੀ ਰਾਹੀਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਸਹੀ ਹੋਣਾ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਪੁੱਛੇ 'ਕਿੰ ਪ੍ਰਮਾਣੰ ?' ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਸਬੂਤ ਕੀ ਹੈ ?' ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੇ ਅੱਠ ਪ੍ਰਕਾਰ ਮਿੱਥੇ ਗਏ ਹਨ :

(ੳ) *ਪ੍ਰਤੱਖ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਸੰਯੋਗ ਨਾਲ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਤੱਖ ਪ੍ਰਮਾਣ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ। "ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆ ਹੈ।" ਜਿਵੇਂ :

ਸੰਤਨ ਕੀ ਸੁਣਿ ਸਾਚੀ ਸਾਖੀ॥ ਸੋ ਬੋਲਹਿ ਜੋ ਪੇਖਹਿ ਆਖੀ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 894)

(ਅ) *ਅਨੁਮਾਨ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਕਾਰਨ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਕ ਦਾ ਗਿਆਨ 'ਅਨੁਮਾਨ' ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਧੂਮ ਤੇ ਆਗ ਰਹੈ ਨ ਦੁਰੀ ਜਿਮ ਤਯੋਂ ਛਲ ਤੇ ਤੁਮ ਕੋ ਲਖ ਪਾਯੋ॥

(ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਤਾਰ)

(ੲ) *ਉਪਮਾਨ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵਸਤੂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਅਨੋਖੀ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਜਣਾਉਣਾ :

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੋ ਜੀਵਨੁ ਬਲਨਾ ਸਰਪ ਜੈਸੇ ਅਰਜਾਰੀ॥ *(ਟੋਡੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 712)*

(ਸ) *ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਜਾਂ 'ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ' ਦੇ ਵਾਕ ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਮਾਣ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਸੁਣਿਆ ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ॥ ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ ਮਲਿ ਨਾਉ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)*

(ਹ) *ਅਰਥਾਪਿਤ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਵਿਅਰਥ ਹੁੰਦੀ ਹੋਈ, ਆਪਣੀ ਸਿੱਧੀ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੂਜੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਾਵੇ :

ਸਾਹਿਬੁ ਜਿਸ ਕਾ ਨੰਗਾ ਭੁਖਾ ਹੋਵੈ ਤਿਸ ਦਾ ਨਫਰੁ ਕਿਥਹੁ ਰਜਿ ਖਾਏ॥
ਜਿ ਸਾਹਿਬ ਕੈ ਘਰਿ ਵਥੁ ਹੋਵੈ ਸੁ ਨਫਰੈ ਹਥਿ ਆਵੈ ਅਣਹੋਦੀ ਕਿਥਹੁ ਪਾਏ॥

(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 306)

(ਕ) *ਅਨੁਪਲਬਧਿ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਵਸਤ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਾ ਹੋਵੇ :

ਸਾਤੋ ਆਕਾਸ ਸਾਤੋ ਪਾਤਾਲ, ਬਿਥਰਯੋ ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਟ ਨਿਹ ਕਰਮ ਜਾਰ॥ *(ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ)*

(ਖ) *ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਹੋਣਾ ਮੁਮਕਿਨ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾਵੇ :

ਚਾਰ ਜਨੇ ਚਾਰਹੁ ਦਿਸ਼ਾ ਤੇ ਚਾਰ ਕੋਨੇ ਗਹਿ।
ਮੇਰੁ ਕੋ ਹਿਲਾਯ ਕੈ ਉਖਾਰੈਂ ਤੇ ਉਖਰ ਜਾਯ॥ *(ਠਾਕੁਰ ਕਵੀ)*

(ਗ) *ਐਤਿਹਯ ਪ੍ਰਮਾਣ :* ਜਿਸ ਕਥਨ ਦੇ ਵਕਤਾ ਦਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਪਰੰਪਰਾ ਨਾਲ ਚਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ :

ਭਗਤ ਹੇਤਿ ਮਾਰਿਓ ਹਰਨਾਖਸੁ ਨਰਸਿੰਘ ਰੂਪ ਹੋਇ ਦੇਹ ਧਰਿਓ॥
ਨਾਮਾ ਕਹੈ ਭਗਤਿ ਬਸਿ ਕੇਸਵ ਅਜਹੂੰ ਬਲਿ ਕੇ ਦੁਆਰ ਖਰੋ॥ *(ਮਾਰੂ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 1105)*

5.4.6.2 ਮਨ ਦੇ ਫੁਰਨੇ - 2

ਮਨ ਤਾਂ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਵੀ ਨੱਚਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਸੁਪਨੇ ਘੜਦਾ ਹੈ, ਸੁਪਨਿਆਂ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਰਜਨਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦਾ, ਕਿਸੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਵੀਕਾਰਦਾ।

ਅਸਾਂ ਉੱਪਰ (1) ਪ੍ਰਮਾਣ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਸਵਿਸਥਾਰ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਬਾਕੀ ਦੇ ਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਫੁਰਨਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

(2) ਵਿਪਰਸ ਬਿਰਤੀ: ਮਿਥਿਆ ਗਿਆਨ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਹੈ—ਜਿਹਾ ਕਿ ਮ੍ਰਿਗ ਮਰੀਚਿਕਾ, ਸਿੱਪੀ ਦੀ ਚਾਂਦੀ ਆਦਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫੁਰਨੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਦੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਜੇ ਕੋਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਵਾਣ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ:

ਸੁਖੁ ਮਾਂਗਤ ਦੁਖੁ ਆਗਲ ਹੋਇ॥ ਸਗਲ ਵਿਕਾਰੀ ਹਾਰੁ ਪਰੋਇ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222)

(3) ਵਿਕਲਪ ਬਿਰਤੀ: ਸੁਣੀਆਂ ਸੁਣਾਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਨਕਸ਼ੇ ਬਣਾਉਣੇ, ਜਿਵੇਂ ਸੁਰਗ ਨਰਗ ਦੀ ਕਲਪਨਾ, ਧਰਮ ਰਾਜ ਦੀ ਕਚਹਿਰੀ, ਚਿਤ੍ਰ ਗੁਪਤ ਜੈਸੇ ਲੇਖਾਕਾਰ ਆਦਿ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਿਤ੍ਰ ਵੀ ਕਲਪਨਾ ਆਸਰੇ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਵਿਕਲਪ ਬਿਰਤੀ ਰਾਹੀਂ ਯਥਾਰਥ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੀ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਬਿਰਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਉਥੇ ਹੀ ਵਿਆਪਦੀ ਹੈ ਜਿਥੇ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦੀ ਗੱਲ ਆਮ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਬੰਨ੍ਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਜਦੋਂ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਸ ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ:

ਸਹਜ ਸੁੰਨਿ ਇਕੁ ਬਿਰਵਾ ਉਪਜਿਆ ਧਰਤੀ ਜਲਹਰੁ ਸੋਖਿਆ॥
ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਹਉ ਤਾ ਕਾ ਸੇਵਕੁ ਜਿਨਿ ਇਹੁ ਬਿਰਵਾ ਦੇਖਿਆ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 970)

(4) ਨਿਦਰਾ ਬਿਰਤੀ: ਜੋ ਡੂੰਘੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੰਸਕਾਰ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਬਿਰਤੀ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਅਸੀਂ ਬੜਾ ਸੁੱਤੇ ਹਾਂ'। ਪਰਮਾਰਥ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਗਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸਲੋਂ ਸੁੱਤਾ ਹੋਇਆ ਗਰਦਾਨਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ: ਜਾਗ ਲੇ ਮਨ ਜਾਗਣਹਾਰੇ।

(5) ਸਿਮਰਿਤੀ ਬਿਰਤੀ: ਉਪਰੋਕਤ ਚੌਹਾਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਮਨ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਨਿਮਿਤ ਕਾਰਨ ਨਾਲ ਸਿਮਰਿਤੀ ਵਿਚ ਮੁੜ ਜਾਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਿਮਰਿਤੀ ਬਿਰਤੀ ਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਦੀਆਂ ਚੌਹਾਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕਾਗਰ ਕਰ ਕੇ ਇਸ਼ਟ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਇਸੇ ਬਿਰਤੀ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਨਿ ਤਨੇ ਗਲਤਾਨ ਸਿਮਰਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਵਤੇ ਜੀਉ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 80)

5.4.7 ਮਨ ਵਿਚ ਅੰਤਰਝਾਤ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਵਾਸਤੇ ਅੰਤਰਝਾਤ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਖੈਨ ਅਭਿਆਸ ਹੈ।

ਮਨ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਮਨ ਦਾ ਇਕ ਭਾਗ ਦੂਜੇ (ਰਹਿੰਦੇ) ਭਾਗ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਚੇਰਾ ਭਾਗ ਨੀਵੇਂ ਭਾਗ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਨਿੱਤ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਈਏ ਤੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਮਨ ਦੇ ਅਉਗੁਣ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਵੇਲੇ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਦਸ-ਪੰਦਰਾਂ ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਅੰਤਰਝਾਤ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਕਰੀਏ, ਮਨ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਿਰੀਖੀਏ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਮਨ ਦੀ ਅਸਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕੀ ਹੈ।

ਡੂੰਘੀ ਅੰਤਰਝਾਤ ਨਾਲ ਕੁਝ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚਲਾਕੀਆਂ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਵੇਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੁਝੀਆਂ ਸ਼ਰਾਰਤਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜੀਏ; ਇਸ ਨਾਲ ਨਰਮੀ ਨ ਵਰਤੀਏ। ਨਿਤ ਦਿਨ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੀਏ। ਮਨ ਨੂੰ ਫਰੋਲੀਏ, ਘੋਖੀਏ, ਇਸ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਵਿਚ ਜਾਈਏ। ਬੜੀ ਵਾਰ ਮਨ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ ਵੀ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਗੁੱਝੀਆਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਹੋਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਮਨ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਵੀ ਮਨ ਨੇ ਹੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਸੁਲਹ ਵੀ ਉਸੇ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਵਾਪਸ ਮਨ ਨੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾਉਣਾ ਵੀ ਹੈ।[1] ਇਸ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਵਾਸਤੇ ਅਰਦਾਸ ਬੜੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਰਦਾਸ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਨਦਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਦਰ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਮਨ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਤੇ ਜੀਵ ਨਿਹਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਮਨ ਆਪਣੀਆਂ ਚਾਤੁਰੀਆਂ ਚਾਲਾਕੀਆਂ ਦਾ ਰਾਹ ਛੱਡ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਲਟ ਕੇ ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ ਰਾਹ ਪਕੜ ਕੇ ਕਲਿਆਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਮੇਰੇ ਮਨ ਮਨ ਹੀ ਉਲਟਿ ਸਮਾਨਾ॥
ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਅਕਲਿ ਭਈ ਅਵਰੈ ਨਾਤਰੁ ਥਾ ਬੇਗਾਨਾ॥

(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 333)

---

1. ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਝਗੜਾ ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਸਥ ਮਨ ਹੀ ਮੰਝਿ ਸਮਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*
2. ਨਦਰੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਵਸਿ ਆਵੈ ਨਦਰੀ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 558)*
3. ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

5.5 ਮਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ

ਮਨ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਤੁਰੇ ਤਾਂ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ,
ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਤੁਰੇ ਤਾਂ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਦੀ ਬਣਤਰ ਬਾਰੇ ਦੋ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਵਿਚਾਰ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਧਾਂਤ ਅੰਦਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ ਮਨ ਪੰਜ ਭੂਤਾਂ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਇਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਪੰਜੇ ਇੰਦ੍ਰੇ ਦਰਅਸਲ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਵਿਧਾਨ ਹਨ। ਮਨ, ਦੂਜੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ, ਇੰਦ੍ਰੀਆਂ ਦਾ ਹੀ ਜੋੜ ਹੈ ਤੇ ਇੰਦ੍ਰੀਆਂ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹਨ। ਮਨ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਭੁੱਖ ਹੀ ਰਸਨਾ ਵਿਚ ਸੁਆਦ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਪੰਚ ਭੂਤਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਓਦੋਂ ਹੀ ਮਨ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਮਨ ਬਾਰੇ ਦੂਜਾ ਵਿਚਾਰ, ਮਨ ਦੇ ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਹੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2] ਮਨ ਨੂੰ ਜੋਤਿ-ਸਰੂਪ ਕਿਹਾ ਹੈ ਭਾਵ ਇਹ ਚੇਤਨ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਆਤਮਾ ਹੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਦੋਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਵਿਰੋਧੀ ਨਹੀਂ, ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਹਨ। ਮਨ ਦਰਅਸਲ, ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ, ਚੇਤਨ ਆਤਮਾ ਤੇ ਜੜ੍ਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਹੀ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਆਤਮਾ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪੋ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹਣ-ਜੋੜਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਰੂਪ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਮਨ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਸੰਸਾਰਕ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਧਰਮ ਵੀ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ।[3] ਸੰਸਾਰਕ ਰੁਚੀਆਂ ਵਲੋਂ ਵਿਰਕਤ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਮਨ ਉਨਮਨੀ ਅਵਸਥਾ[4] ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ੁਧ ਚੇਤਨ ਹੋਇਆ ਇਹ ਮਨ ਤ੍ਰਿਕਾਲ ਦਰਸ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਇਹੁ ਮਨੁ ਸਕਤੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਸੀਉ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਪੰਚ ਤਤ ਕੋ ਜੀਉ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਲੇ ਜਉ ਉਨਮਨਿ ਰਹੈ॥
ਤਉ ਤੀਨਿ ਲੋਕ ਕੀ ਬਾਤੈ ਕਹੈ॥ *(ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)*

1. ਇਹੁ ਮਨੁ ਪੰਚ ਤਤੁ ਤੇ ਜਨਮਾ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 415)*
2. ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 441)*
3. ਇਹੁ ਮਨੁ ਕਰਮਾ ਇਹੁ ਮਨੁ ਧਰਮਾ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 415)*
4. ਗਿਆਨ ਅਵਸਥਾ। ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਯੋਗ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁਖਮਨਾ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਣ ਲੈ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:
   ਉਨਮਨੀ ਜੋਤਿ ਪਟੰਤਰ ਦੀਜੈ ਕਉਨ ਜੋਤਿ, ਦਇਆ ਕੈ ਦਿਖਾਵੈ ਜਾਹੀ, ਤਾਹੀ ਬਨਿ ਆਵਈ॥...੧੦॥ *(ਕਬਿੱਤ)*

5.5.1 ਇਹ ਮਨ ਸਕਤੀ

ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਮਨ ਉਹੋ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੀ ਨਿਰਬਲਤਾ ਦੀ ਦੁਹਾਈ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਮਨ 'ਪੰਚ ਭੂ-ਆਤਮਾ' ਰੂਪ ਤੇ 'ਸੀਉ' ਰੂਪ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਮਨ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਭਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਉੱਚੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪੰਚ-ਤੱਤ੍ਰੀ ਮਨ ਜਦ ਵਿਕਾਰਾਂ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਪਿੱਛੇ ਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਜਦ ਮਨ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਮਨ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪਿੱਛੇ ਖਿੱਚਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਰੁਚੀ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ "ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ" ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਬਣਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਜਦ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਮਨ ਪੰਚ-ਭੂ-ਆਤਮਿਕ ਮਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਦ ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖੀ ਰੱਖਣ 'ਤੇ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਆਚਰਣ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[1] ਹਰੀ ਕੀਰਤਨ ਵੱਲ ਸਮਾਂ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਸਤਿਸੰਗ[2] ਵਿਚ ਜੁੱਟਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਗਿਆਨ ਵਿਚਾਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਪੰਚ-ਭੂ-ਆਤਮਿਕ ਮਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੁਅਸਥ ਰੱਖਣ ਲਈ। ਹੁਣ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪ ਮਨ ਇਹ ਕਾਰਜ ਆਪਣੇ ਜ਼ਿੰਮੇ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਭੋਗਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਂਦਾ, ਪਰ ਸਰੀਰ ਸੁਅਸਥ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸਭ ਨੇਮ ਨਿਭਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਤੇ ਪਰਉਪਕਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਜੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਹੁਣ ਸ਼ਿਵ ਰੂਪ ਵੱਲ ਰੱਖੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਕਤੀ ਮਨ ਇਉਂ ਲਿਵ-ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਕੀਤਿਆਂ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ ਨੂੰ ਪਰਮ ਚੇਤਨਤਾ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸਰੀਰਕ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੂਰੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਨਾਲ ਨਿਭਾਈ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਸਮਝੀਏ ਕਿ ਮਨ ਦਾ ਅਸਲਾ (ਸ਼ਿਵ) ਤਾਂ ਕਲਿਆਣ ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬੇਮੁਖ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਮਾਇਆਵੀ ਧੂੰਦ ਦੇ ਭਰਮਾਂ ਵਿਚ ਡੋਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਮਾੜੀ ਹਾਲਤ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸੰਸਾਰਕ ਭੋਗਾਂ ਵੱਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਪਰਮਾਰਥਕ ਅਭਿਆਸ ਵੱਲ ਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤਦ ਪੰਚ-ਭੂਤਕ ਮਨ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਰੂਪੀ ਮਨ ਦੋਵੇਂ ਸ਼ਿਵ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

---

1. ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਜਨੁ ਨਾਮੁ ਸਮਾਰੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 189)*
2. ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 642)*

5.5.2 ਇਹੁ ਮਨੁ ਸੀਉ

ਅਧਿਆਤਮ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਤੱਥ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ,
ਕੇਵਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਰੂਪ ਧਾਰਦੀ।

ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਮਾਇਆਵੀ ਭਰਮਾਂ ਵਿਚ ਭੁੱਲਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਰੀਰ, ਇਹ ਸੰਪੱਤੀ, ਇਹ ਜ਼ਮੀਨ ਸਭ 'ਮੇਰੀ' ਮਾਲਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਇਹ ਸਭ ਭਰਮ ਹੈ। ਇਸ ਭਰਮ ਦੇ ਮਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ ਤੇ ਭਰਮ ਦੇ ਪੈਖਰ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[1] ਪਰ, ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਇਹ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ:

ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਨਹੀ ਆਵਨ ਜਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 330)*

ਕਿਉਂਕਿ:

ਜਿਸ ਕਾ ਭਰਮੁ ਗਇਆ ਤਿਨਿ ਸਾਚੁ ਪਛਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 330)*

ਭਰਮ ਕਿਵੇਂ ਜਾਵੇ? ਭਰਮ ਵਿਚ ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਨੂੰ ਜਾਗਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ।[2] ਜੋ ਮਨ ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਬੱਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਜਾਗਦਾ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਮੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਾਗ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਆਪ ਦੇ ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਮੂਲ ਪਕੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਵੀਂ ਅਵਸਥਾ ਕਾਇਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[4] ਤਦ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, "ਮਨ ਸਾ ਮਿਲਿਆ ਨ ਕੋਇ" ਤਦ ਉਸ ਨੂੰ "ਇਹੁ ਮਨੁ ਸੀਉ" ਤੇ "ਇਹੁ ਮਨੁ ਧਰਮਾ" ਦੀ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨਾਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਬਨਾਵਹੁ ਇਹੁ ਮਨੁ॥ ਗੁਰ ਕਾ ਦਰਸਨੁ ਸੰਚਹੁ ਹਰਿ ਧਨੁ॥
ਊਤਮ ਮਤਿ ਮੇਰੈ ਰਿਦੈ ਤੂੰ ਆਉ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 377)*

ਅਸਾਧ ਮਨ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਸਾਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਸਾਧ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਭਰਮਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਭਰਮਾਂ ਮਾਰੇ ਕੂੜਾਵੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸੰਸਾਰਕ ਭਾਜੜ ਮਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਭਾਜੜ ਮੁਕਤ ਮਨ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਹੈ:

ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥ ਬਿਨੁ ਮੂਏ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥
ਮਨੁ ਮਰੈ ਦਾਰੂ ਜਾਣੈ ਕੋਇ॥ ਮਨੁ ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਬੂਝੈ ਜਨੁ ਸੋਇ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਦੇ ਵਡਿਆਈ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਈ॥
(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 159)

ਇਉਂ ਜਦ ਪ੍ਰਭੂ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ "ਇਹੁ ਮਨੁ ਸੀਉ" ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੀਉ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਸ਼ਿਵ' ਜੋ ਕਲਿਆਣ ਦਾ ਰੂਪ ਹੈ ਅਥਵਾ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਹੈ।

---

1. ਮਨ ਤਨ ਧਨ ਭੂਮਿ ਕਾ ਠਾਕੁਰੁ ਹਉ ਇਸ ਕਾ ਇਹੁ ਮੇਰਾ॥
ਭਰਮ ਮੋਹ ਕਛੁ ਸੂਝਸਿ ਨਾਹੀ ਇਹ ਪੈਖਰ ਪਏ ਪੈਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨੇ 215-16)*
2. ਜਾਗੁ ਰੇ ਮਨ ਜਾਗਨਹਾਰੇ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 387)*
3. ਜੋ ਜਾਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਸੂਤੇ ਗਏ ਮੁਹਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 34)*
4. ਮਮਾ ਮੂਲ ਗਹਿਆ ਮਨੁ ਮਾਨੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 342)*

5.5.3 ਇਹੁ ਮਨ ਪੰਚ ਤਤ ਕਉ ਜੀਉ

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਇਕ ਅਜੀਬ ਰਹੱਸ ਹੈ। ਜੜਤਾ ਵਿਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੱਟੇ ਵਰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਚੇਤੰਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਆਤਮਾ ਵਰਗਾ।

ਮਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਿਆਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਆਖਿਆ ਹੈ:

ਇਹੁ ਮਨੁ ਕਰਮਾ ਇਹੁ ਮਨੁ ਧਰਮਾ॥ ਇਹੁ ਮਨੁ ਪੰਚ ਤਤੁ ਤੇ ਜਨਮਾ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)

ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ 'ਪੰਚ ਭੂ-ਆਤਮਾ' ਕਿਹਾ ਹੈ।[1] ਇਸੇ ਵਾਕ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ।[2]

ਇਉਂ ਸਭ ਨੇ ਮਨ ਨੂੰ ਪੰਜ ਭੂਤਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ, ਅਥਵਾ ਜੀਵਨ ਅਥਵਾ ਸੂਖਮ ਅੰਸ਼ ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਪੰਜ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਮਾਦੀ ਸੰਸਾਰ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਮਾਦੀ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਗਿਆਨ ਪੰਜਾਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇਸ ਕ੍ਰਮ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੱਖ ਕੇਵਲ ਵੇਖ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਕੰਨ ਕੇਵਲ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਆਦਿ; ਇਉਂ ਹਰ ਇੰਦਰੇ ਦਾ ਗਿਆਨ ਸੀਮਿਤ ਤੇ ਇਕਪਾਸੜ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਇੰਦਰਿਆਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਅੱਗੋਂ ਮਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਇਕਪਾਸੜ ਤੱਥਾਂ ਤੋਂ ਇਕ ਸਮੁੱਚਾ ਰੂਪ ਘੜਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਸੰਵੇਦਨਾ (sensation) ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ (preception) ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ, ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪੰਚ-ਭੂਤਕ ਸੰਸਾਰ ਦੀਆਂ ਜੋ ਆਪੋ-ਆਪਣੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਮਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਿਚੋੜ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੂਖਮ ਜੋੜ ਕੱਢਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮਨ "ਪੰਚ-ਭੂ-ਆਤਮਾ", "ਪੰਚ ਤਤ ਕੋ ਜੀਉ" ਜਾਂ "ਪੰਚ ਤਤ ਤੇ ਜਨਮਾ" ਸਿੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪੰਜ ਭੂ-ਆਤਮਾ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਹ ਮਾਇਆਵੀ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸੱਚ ਹੋਣ ਦਾ ਭਰਮ ਵੀ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਭਰਮ ਵਿਚ ਗ੍ਰਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਤਦੇ ਤਾਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਪੰਚ ਭੂ ਆਤਮਾ ਵਸਿ ਕਰਹਿ ਤਾ ਤੀਰਥ ਕਰਹਿ ਨਿਵਾਸੁ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 491)*
2. ਪੰਚ ਭੂ ਆਤਮਾ ਹਰਿ ਨਾਮ ਰਸਿ ਪੋਖੈ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 299)*
3. ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਵੇਖਣੁ ਸੁਨਣੁ ਨ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 83)*
4. ਇਹੁ ਮਨੁ ਭੂਲਾ ਜਾਂਦਾ ਫੇਰੇ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 118)*

5.5.4 ਮਨਮੁੱਖਤਾ

ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਮਨ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਐਸੀ ਭੁੱਲ-ਭੁਲੱਈਆਂ ਵਿਚ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜਦੋਂ ਮਨ ਪਦਾਰਥਕ ਧੰਧੇ ਧਾਵਣੀ ਲਈ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਭੱਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਗਿਆਨਵਾਨ ਘੱਟ ਤੇ ਅਗਿਆਨੀ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚੇਤਨ ਘੱਟ ਤੇ ਜੜ੍ਹ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਿਬੇਕੀ ਘੱਟ ਤੇ ਮੂੜ੍ਹ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[1] ਇਸ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਚੰਬੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸਥੂਲ ਬਣਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[2] ਹਉਮੈ ਦਾ ਭਜਾਇਆ ਇਹ ਬਾਹਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਮਗਰ ਲੱਗਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਲੋਭ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਲੋਭ ਪਿੱਛੇ ਵਧੀਕੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਵਿਚਾਲੇ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[3] ਸੰਸੇ ਤੇ ਭਰਮ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ,[4] ਤੇ ਅਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਿਕਰਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਚਿੰਤਾਤੁਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਭੈ ਇਸ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਰਾਗ ਤੇ ਦ੍ਵੈਖ ਵਿਚਾਲੇ ਭਟਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਤੇ ਟਿਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਚੰਚਲ ਬਿਰਤੀਆਂ ਇਸ ਨੂੰ ਜੁੜਨ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀਆਂ। ਤਦੇ ਇਹ ਧੱਕੇ ਖਾਂਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਤਿ ਨੀਵੀਂ, ਮਲੀਨ ਤੇ ਕੋਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਉੱਪਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਮਨਮਤੀਆ, ਹੋਛਾ ਤੇ ਨੀਚ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਆਖਾ ਮੰਨਣ ਵਾਲਾ ਬੰਦਾ ਨਿੱਜ-ਕੇਂਦਰਿਤ, ਖ਼ੁਦਗ਼ਰਜ਼, ਮਤਲਬੀ, ਸ੍ਵੈਮਗਨ, ਅਭਿਮਾਨੀ ਤੇ ਅੜੀਅਲ ਸੁਭਾ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5] ਇਹੋ ਮਨਮੁੱਖਤਾ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਗੁਰਮੁਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ, ਰੱਬ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ, ਮਨਮੁਖ ਉਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਰੱਬ ਨੂੰ ਭੁਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਨੂੰ ਸਨਮੁਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬੇਮੁਖ ਆਖਿਆ ਹੈ।[6] ਮਨਮੁਖ ਆਪਣੇ ਮਾਨਸਿਕ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖਿਆਂ, ਗਿਣਤੀਆਂ-ਮਿਣਤੀਆਂ, ਆਸਾਂ-ਅੰਦੇਸਿਆਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ-ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਨਪੈਦ ਉਜਾੜਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[7] ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਬੰਦਾ ਮਨ ਦੇ ਹੋਰ ਮਗਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਰੱਬ ਤੋਂ ਹੋਰ ਦੂਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨਮੁਖ ਨੂੰ ਤਦੇ ਅਭਿੱਜ ਸਿਲਾ ਕਿਹਾ ਹੈ:

ਮਨਮੁਖ ਪਥਰੁ ਸੈਲੁ ਹੈ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਣੁ ਫੀਕਾ ॥
ਜਲ ਮਹਿ ਕੇਤਾ ਰਾਖੀਐ ਅਭ ਅੰਤਰਿ ਸੂਕਾ ॥ *(ਆਸਾ ਕਾਫੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 419)*

---

1. ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਵੇਖਣੁ ਸੁਨਣੁ ਨ ਹੋਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 83)*
2. ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ ਕਿਉ ਕਰਿ ਵਿਚੁ ਦੇ ਜਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 509)*
3. ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਜਗਿ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਮੋਹਿਆ ਸੰਸਾਰ ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਲਾਵਲ, ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 851)*
4. ਮਨਮੁਖ ਸਹਸਾ ਬੂਝ ਨ ਪਾਈ ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1047)*
5. ਮਨਮੁਖ ਭਰਮਿ ਭੁਲੇ ਬਉਰਾਨੇ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 796)*
6. ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਨਮੁਖੁ ਮਨਮੁਖਿ ਵੇਮੁਖੀਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 131)*
7. ਮਨਮੁਖਿ ਭਰਮਿ ਭਵੈ ਬੇਬਾਣਿ ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 941)*

5.5.5 ਮਨਮੁਖ ਤੇ ਗੁਰਮੁਖ

ਮਨਮੁਖ ਅਭਿਮਾਨ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਅਉਗੁਣ ਢੱਕਣ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ;
ਗੁਰਮੁਖ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਵੀ ਗੁਣਵਾਨ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ।

ਮਨਮੁਖ ਪਦ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ : ਇਕ ਇਹ ਕਿ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਹੀ ਮੁਖ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਇਹ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਮੁਖ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵੱਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ। ਗੁਰੂ ਵੱਲੋਂ ਉਹ ਬੇਮੁਖ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਟਾਕਰੇ ਗੁਰਮੁਖ ਉਹ ਪੁਰਖ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮੁਖ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਹੈ।[1] ਜਿਸ ਦਾ ਮੁਖ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਬੋਹਿਥਾ ਹੈ। ਮਨਮੁਖ, ਜੋ ਗੁਰੂ ਵੱਲੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰ ਕੇ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਪਛਾਣ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2] ਗੁਰਮੁਖ ਨਾਮ ਰਸੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਨਮੁਖ ਉਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਮਾਇਆ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[3] ਉਹ ਦੂਜੇ ਭਾਇ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਬਿਖ ਖਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੇਅੰਤ ਅਧਿਆਤਮਕ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਹਨ; ਗੁਰਮੁਖ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਜਦਾ ਹੈ; ਮਨਮੁਖ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਹਉਮੈ ਤੇ ਗਰਬ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[5]

ਗੁਰਮੁਖ, ਜੋ ਨਾਮ ਵਖਾਣਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਅੰਦਰ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨਮੁਖ, ਜਿਸ ਦਾ ਚੰਚਲ ਮਨ ਕਦੇ ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਮਲੀਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[6]

ਗੁਰਮੁਖ ਪ੍ਰਾਣੀ, ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੱਤੇ, ਅੰਦਰੋਂ ਸੀਤਲ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਗਵਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ; ਪਰ ਹਉਮੈ ਵੇੜ੍ਹੇ ਮਨਮੁਖ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਭਜਾਏ ਭੱਜੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।[7] ਹਉਮੈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਫੁੱਲ ਕੇ ਗਾਰਬਵਾਦ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਅਹੰਕਾਰੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ—ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਦਦਾ ਨਹੀਂ।[8]

ਗੁਰਮੁਖ ਸਭ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਨਾਮ ਰਾਹੀਂ ਉਸ ਦਾ ਨਿਸਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਨਮੁਖ ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਭਰਮਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[9]

---

1. ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਨਮੁਖੁ ਮਨਮੁਖਿ ਵੇਮੁਖੀਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 131)*
2. ਸੇ ਮਨਮੁਖ ਜੋ ਸਬਦੁ ਨ ਪਛਾਣਹਿ ॥ ਗੁਰ ਕੇ ਭੈ ਕੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਹਿ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 1054)*
3. ਮਨ ਕਰਹਲਾ ਵੀਚਾਰੀਆ ਮਨਮੁਖ ਫਾਥਿਆ ਮਹਾ ਜਾਲਿ ॥
   ਗੁਰਮੁਖਿ ਪ੍ਰਾਣੀ ਮੁਕਤੁ ਹੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਿ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 234)*
4. ਮਨਮੁਖ ਅਗਿਆਨਿ ਕੁਮਾਰਗਿ ਪਾਏ ॥
   ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰਿਆ ਬਹੁ ਕਰਮ ਦ੍ਰਿੜਾਏ ॥ ਭਵਜਲਿ ਡੂਬੇ ਦੂਜੈ ਭਾਏ ॥
   (ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 231)
5. ਅੰਤਰਿ ਵਸਤੁ ਅਨੇਕ ਮਨਮੁਖਿ ਨਹੀ ਪਾਈਐ ॥ *(ਆਸਾ ਕਾਫੀ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 369)*
6. ਮਨਮੁਖਿ ਮੈਲਾ ਸਬਦੁ ਨ ਪਛਾਣੈ ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਰਮਲੁ ਨਾਮੁ ਵਖਾਣੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 415)*
7. .....ਮਨਮੁਖ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਭੁਖ ਨ ਜਾਇ ॥
   ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਬਦੇ ਰਤਿਆ ਸੀਤਲੁ ਹੋਏ ਆਪੁ ਗਵਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 649)*
8. ਕਿਸੈ ਨ ਬਦੈ ਆਪਿ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 278)*
9. ਮਨਮੁਖ ਤੋਟਾ ਨਿਤ ਹੈ ਭਰਮਹਿ ਭਰਮਾਏ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 421)*

5.6.0 ਮਾਨਸਿਕ ਭੁਲੇਖੇ

5.6.1 ਜੀਵਨ ਇਕ ਭਰਮ ਜਾਲ

ਚੇਤਾ! ਮਤ ਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਦੇ ਕਰਦੇ ਧੁੱਪ ਵੀ ਗਵਾ ਬੈਠੀਏ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਨਾ ਭਰਮ ਜਾਲ ਹੈ, ਨਾ ਕੁਕਰਮ ਜਾਲ। ਭਰਮ ਤਾਂ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮੋਹ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇਸ ਮੋਹ ਦੇ ਫ਼ਰੇਬ ਵਿਚ ਫੱਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਗਿਆਨ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਤੋਂ ਹੋਰ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਧੱਸਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਲਾਲਸਾ ਤੇ ਵਾਸਨਾ ਦੇਹੀ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਉਂ ਹੀ ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਨੂੰ ਫੁਸਲਾ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ (ਭਰਮ ਰੂਪ) ਸੁੱਖ ਦਾ ਲਾਲਚ ਦੇ ਕੇ ਐਸੇ ਕਰਮ ਕਰਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਡਾਢੇ ਤਕੜੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਜੇਕਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਐਸੀਆਂ ਸਭ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਲਾਲਸਾਵਾਂ ਤੇ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤਲਾਂਜ ਸਕੇ ਤਾਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਬੰਧਨ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਸੰਸਾਰ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਸੰਸਾਰਕਤਾ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਕਮਲ ਅਲਿਪਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਦੀ ਵਿਚ ਮੁਰਗ਼ਾਬੀ ਅਭਿੱਜ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਵਾਸ਼ਨਾ ਮੁਕਤ ਪ੍ਰਾਣੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਅਭਿੱਜ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੋਹ ਤੋਂ ਅਭਿੱਜ ਹੋਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਭਰਮ-ਜਾਲ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫੱਸਦੀ।[2] ਤਿਆਗ ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਨਹੀਂ। ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਭੱਜਣਾ ਤਾਂ 'ਸੱਚੇ ਦੀ ਕੋਠੜੀ' ਤੋਂ ਭੱਜਣਾ ਹੈ।[3] ਸੱਚੇ ਦੀ ਕੋਠੜੀ ਤੋਂ ਭੱਜ ਕੇ ਸੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ? ਜਿਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਇਥੇ ਆਏ ਹਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਇਥੇ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਵੀ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਤੇ ਇਥੇ ਰਹਿ ਕੇ ਜੇ ਮੁਖ ਉਹਦੇ ਵੱਲ ਕਰ ਸਕਾਂਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਬਣ ਜਾਵਾਂਗੇ।

---

1. ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਕੀਓ ਲਾਲਚ ਲਗਿ ਤਿਹ ਤਿਹ ਆਪੁ ਬੰਧਾਇਓ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮਹਲਾ ੯, ਪੰਨਾ 702)*
2. ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲੁ ਨਿਰਾਲਮੁ ਮੁਰਗਾਈ ਨੈ ਸਾਣੇ॥
   ਸੁਰਤਿ ਸਬਦਿ ਭਵ ਸਾਗਰੁ ਤਰੀਐ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਵਖਾਣੇ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 938)*
3. ਇਹੁ ਜਗੁ ਸਚੈ ਕੀ ਹੈ ਕੋਠੜੀ ਸਚੇ ਕਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸੁ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 463)*

5.6.2 ਸੰਸਾ

ਹੋਰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਇਕ ਸੰਸੇ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ।

ਸੰਸਾ (ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ : ਸੰਸ਼ਯ) ਆਪਣੇ ਨਿਸਚੇ ਵੱਲੋਂ ਬੇਯਕੀਨੇ ਹੋਣ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਭ ਕਿਸੇ ਨ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਸੰਸੇਵਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਐਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਸੇ ਦਾ ਇਕਬਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਮੰਨ ਕੇ ਇਸ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਈ ਅਧਿਆਤਮਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਸਮਝ ਕੇ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਸੰਸਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਸਮਝ ਕੇ ਅੰਦਰੇ ਹੀ ਅੰਦਰੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਦਮਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਸੰਸੇ ਨੂੰ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਚਿੰਨ੍ਹ ਮੰਨ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਕਾਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ—ਇਹ ਮੰਨ ਕੇ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ੍ਵੈਮਾਨ ਨੂੰ ਚੋਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੀਏ ਤਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੰਸਾ ਇਕ ਵਿਆਪਕ ਮਾਨਸਿਕ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਸੰਸਾਰੈ ਮਹਿ ਸਹਸਾ ਬਿਆਪੈ॥ *(ਅੰਜੁਲੀਆ ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1019)*

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਹੀ ਸੰਸਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਸੰਸੇ ਦੇ ਭੁਲਾਵੇ ਵਿਚ ਪਿਆਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਬੀਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਜੀਵਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬੀਤਦਾ, ਜਨਮ ਮਰਨ ਵੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2]

ਸੰਸਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਤੁਲ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਪਦ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ, ਜੋ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਸਤੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਂਦਾ। ਸੰਸਾ ਤਾਂ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੀੜਾ ਹੈ। ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਦਵਾਨਤਾ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ।[3] ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੰਸਾ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4]

ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਾਹ 'ਤੇ ਸੰਸਾ ਜ਼ਰੂਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਪੀੜਾ ਸਮਾਨ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਲਈ ਇਹ ਪੀੜਾ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਤਾਂ ਸੰਸੇ ਨਾਲ ਅਵਿਰਲ ਵਿਵਾਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਵਾਦ ਵਿਚ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨਾ ਕੇਵਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਜਿੱਤ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਨਿਸਚੇ ਦੀ ਜਿੱਤ ਸੰਸੇ ਬਿਨ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਅਸੀਂ 'ਨਿਸਚੇ ਕਰ ਆਪਨੀ ਜੀਤ ਕਰੋਂ' ਦੇ ਚਾਹਵਾਨ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਜਿੱਤ ਸੰਸਿਆਂ ਨੂੰ ਨਵਿਰਤ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

---

1. ਸੰਸਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਹੈ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 36)*
2. ਸਹਸਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਹੈ ਮਰਿ ਜੰਮੈ ਆਇਆ ਜਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 138)*
3. ਪੜਿ ਥਕੇ ਸੰਤੋਖੁ ਨ ਆਇਓ ਅਨਦਿਨੁ ਜਲਤ ਵਿਹਾਇ॥
   ਕੂਕ ਪੂਕਾਰ ਨ ਚੁਕਈ ਨਾ ਸੰਸਾ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 647)*
4. ਲਹਿਓ ਸਹਸਾ ਬੰਧਨ ਗੁਰਿ ਤੋਰੇ ਤਾਂ ਸਦਾ ਸਹਜ ਸੁਖੁ ਪਾਇਓ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 205)*

5.6.3 ਬਾਹਰ-ਮੁੱਖਤਾ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ ਭਰਮ

ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਦਲੇ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਰੁਝਾਣ ਬਾਹਰ ਦੇ ਪਦਾਰਥਕ ਜਗਤ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਹਰਮੁਖਤਾ ਕਾਰਨ ਅੰਦਰਲੀ ਜੋਤਿ ਬਾਹਰ ਖਿੰਡ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਬੁੱਧੀ ਦੁਰਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤੀਜੀ ਅੱਖ ਦੀ ਜੋਤਿ ਜਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਵੇਖ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਕਾਰਨ ਸਾਡੀ ਰੁਚੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਏਕਤਾ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਕੂੜਾਵੇ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖੇ ਸੱਚ ਜਾਪਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਅਸਲਾ ਅੱਖੋਂ ਪਰੋਖੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਪਰਛਾਵਾਂ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਝੂਠ ਵਿਚ ਮਚਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[1] ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਏਹੋ 'ਪ੍ਰੇਯ' ਦਾ ਰਸਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵੱਲ ਮੰਦ-ਬੁੱਧ ਲੋਕ ਸਹਿਜੇ ਰੁਚਿਤ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ 'ਸ਼੍ਰੇਇ' ਦੇ ਮਾਰਗ ਵੱਲੋਂ ਬੇਮੁਖ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਦੇ ਪਾਂਧੀ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਵੱਲੋਂ ਮੋੜ ਕੇ ਉਲਟਾ ਅੰਦਰ ਲੈ ਆਉਂਦੇ ਹਨ[2] ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿਚ ਲਗਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਾਹਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਪਿਆ, ਅਸਲ ਵਸਤ ਅੰਦਰ ਪਈ ਹੈ।[3] ਉਹ ਸਮਝ ਬੈਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਾਹਰ ਤਾਂ ਮੋਹ ਦਾ ਚਿੱਕੜ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪੈਰ ਇਤਨੇ ਧੱਸੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੀਵ ਉਸੇ ਵਿਚ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[4] ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਬਾਹਰਮੁੱਖਤਾ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਭਰਮ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰ, ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਸੱਚ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਣਾ ਮੁਨਾਸਿਬ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

ਬਾਹਰ ਕੇਵਲ ਤੱਥ ਪਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ—ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਕਬੂਲੇ ਹੋਏ ਤੱਥ। ਸੱਚ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੱਥ ਤੇ ਸੱਚ ਵਿਚਲਾ ਅੰਤਰ ਬੜੇ ਲੋਕ ਸਮਝਦੇ ਨਹੀਂ। ਤੱਥ ਪਦਾਰਥਕ ਅਥਵਾ ਵਸਤੂ ਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੁਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਠੰਢਾ ਤੇ ਨੈਤਿਕ ਪੱਖੋਂ ਨਪੈਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ, ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਆਤਮ ਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੁਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਨਿੱਘਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨੈਤਿਕ ਪੱਖੋਂ ਉਪਜਾਊ। ਸੋ, ਜੋ ਤੱਥਾਂ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਭਰਮ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਸੱਚ ਦਾ ਦਾਮਨ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਾਰ ਉਤਾਰੇ ਦਾ ਰਾਹ ਭਾਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਸਾਚੁ ਛੋਡਿ ਝੂਠ ਸੰਗਿ ਮਚੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 267)*
2. (ੳ) ਬਾਹਰਿ ਜਾਤਉ ਉਲਟਿ ਪਰਾਵੈ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 414)*
   (ਅ) ਬਾਹਰਿ ਜਾਤੌ ਭੀਤਰਿ ਆਣੈ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 840)*
3. ਬਾਹਰੁ ਭਾਲੇ ਸੁ ਕਿਆ ਲਹੈ ਵਥੁ ਘਰੈ ਅੰਦਰਿ ਭਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 425)*
4. ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 12)*

5.6.4 ਭਰਮ ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਦੇ ਵਖੇਵੇਂ

ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿਣ ਨਾਲੋਂ ਇਕ ਦੀਵਾ ਬਾਲ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਨੂੰ ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣ ਨਾਲੋਂ ਨਿਸਚੇ ਨਾਲ ਜਿਊਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਜਾਤਿ, ਨਸਲ, ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਆਦਿ ਦੇ ਭੇਦਾਂ ਦਾ ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਥਾਨ ਨਹੀਂ।[1] ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੀ ਕਰਤਾਰ ਉੱਪਰ ਸੱਚਾ ਨਿਸਚਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਵਖੇਵੇਂ ਭਰਮ ਮਾਤਰ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਸੱਚ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਭ ਬੰਦੇ ਬਰਾਬਰ ਲੱਗਦੇ ਹਨ—ਇੱਕੋ ਸਾਂਝੇ ਪਿਤਾ ਦੀ ਔਲਾਦ।[2] ਉਹ ਸਮਸਤ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਨੂੰ ਇਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਪਛਾਣਦੇ ਹਨ।[3]

ਇਹ ਧਰਤੀ ਇਕ ਧਰਮਸਾਲ ਅਥਵਾ ਮੁਸਾਫ਼ਰਖ਼ਾਨਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਆਉਣਾ ਹੈ, ਚਲੇ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਇਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਉਸ ਅੰਦਰ ਮੇਰੇ ਕਰਤਾਰ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ। ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਹਰ ਅਣੂ ਵਿਚ ਵੀ, ਹਰ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਵਿਚ ਵੀ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਰਾਮੈ ਰਾਮ ਕਹੁ ਕਹਿਬੇ ਮਾਹਿ ਬਿਬੇਕ॥
ਏਕੁ ਅਨੇਕਹਿ ਮਿਲਿ ਗਇਆ ਏਕ ਸਮਾਨਾ ਏਕ॥

(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1374)

ਇਕ ਰਾਮ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਕ (ਦਸਰਥ ਦੇ ਪੁੱਤਰ) ਵਿਚ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ ਤੇ ਇਕ ਹੋਰ ਰਾਮ ਵੀ ਹੈ ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵਿਆਪ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਵਿਆਪਕ ਰਾਮ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਜਾਤਿ, ਨਸਲ, ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਆਦਿ ਦੇ ਕਿਸੇ ਭੇਦ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸਨ ਕਰਦੇ।

ਜਦ ਬਿਬੇਕ (ਬਿਬ = ਦੋ; ਏਕ = ਇਕ) ਦੀ ਦ੍ਵੰਦ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਅੱਖ ਉਘੜਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦ੍ਵੈਤ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਹਰਥੇ 'ਇਕ' ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਾ ਪਰਕਾ ਭਾਵ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਇਹ ਤਾਂ ਮੈਲੀ ਕੁਚੈਲੀ ਸੰਸਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਖੇਵਿਆਂ ਦੇ ਭਰਮ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਇਕ ਸਰਬ ਸਾਂਝਾ ਘਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਟੱਬਰ ਦੇ ਅਨੰਤ ਜੀਅ ਵੱਸਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਵਖੇਵਾਂ ਹੈ ਕਿਥੇ ? ਸਾਰੇ ਤਾਂ ਸਾਂਝੀਵਾਲ ਹਨ।[5] ਤਦ ਇਹਨਾਂ ਸਾਂਝੀਵਾਲਾਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਤਾਂ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗੇਗਾ ਹੀ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕ੍ਰੋਧ ਵੀ ਸੁਖਾਏਗਾ।

ਨਖੇੜਨ ਵਾਲੇ ਪਰਦੇ ਤਲਾਂਜ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸਾਂਝ ਵਿਚ ਜੀਆਂਗੇ। ਫਿਰ ਸਭ ਸਾਡੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਾਤਰ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਅਸੀਂ ਸਭ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਾਤਰ। ਵਖੇਵੇਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਭਰਮਾਂ ਦੇ ਹੀ ਪਾਏ ਹੋਏ ਹਨ।

---

1. ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਜੋਰੁ ਹੈ ਅਗੈ ਜੀਉ ਨਵੇ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 469)*
2. ਏਕੁ ਪਿਤਾ ਏਕਸ ਕੇ ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਤੂ ਮੇਰਾ ਗੁਰ ਹਾਈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 611)*
3. ਮਾਨਸ ਕੀ ਜਾਤਿ ਸਬੈ ਏਕੈ ਪਹਿਚਾਨਬੋ॥ *(ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ)*
4. ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ॥
ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1375)*
5. ਸਭੇ ਸਾਝੀਵਾਲ ਸਦਾਇਨਿ ਤੂੰ ਕਿਸੈ ਨ ਦਿਸਹਿ ਬਾਹਰਾ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 97)*

5.6.5 ਦ੍ਵੰਦ

ਜਦ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਤਰਾੜ ਪਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦ੍ਵੰਦ ਸਮਾਪਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਾਧਾਰਨ ਸੋਚਣੀ ਦ੍ਵੰਦਾਤਮਕ ਹੈ। ਤਦੋਂ ਉਸ ਦਾ ਸੰਸਾਰ ਵੀ ਦ੍ਵੰਦਾਤਮਕ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ। ਸੁਖ-ਦੁਖ, ਲਾਭ-ਹਾਣ, ਪ੍ਰੇਮ-ਘਿਰਣਾ, ਹਿੰਸਾ-ਅਹਿੰਸਾ, ਗ੍ਰਹਿਣ-ਤਿਆਗ, ਰਾਗ-ਵੈਰਾਗ, ਜੀਵਨ-ਮਰਨ, ਪੁਰਸ਼-ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ, ਆਸਾ-ਨਿਰਾਸਾ, ਸਭ ਮਾਨਸਿਕ ਦ੍ਵੰਦ ਵਾਲੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ।

ਬੁਨਿਆਦੀ ਦ੍ਵੰਦ, ਆਪ ਤੇ ਪਰਾਏ ਦਾ, ਹਉਮੈ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਭ ਦ੍ਵੰਦ ਇਸੇ ਮੁੱਢਲੇ ਦ੍ਵੰਦ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਹਨ। ਹਉਮੈ ਆਪਣਾ ਵੱਖਰਾ ਅਸਤਿਤ੍ਵ ਮੰਨਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਸਲੋਂ ਭਰਮ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਭਰਮ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਹੀ ਦ੍ਵੰਦ ਸਹੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੰਸਾਰਕ ਸੋਚਣੀ ਵਿਚ ਦ੍ਵੰਦ ਦੇ ਦੋਨੋਂ ਪੱਖ ਅਨਿੱਖੜ ਹਨ, ਨਖੇੜੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਦੋ ਪਾਸੇ। ਇਕ ਬਿਨਾ ਦੂਜਾ ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜਾਂ ਦੋਵੇਂ ਰਹਿਣਗੇ ਜਾਂ ਦੋਵੇਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਗੇ।

ਦ੍ਵੰਦ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਦੁੰਦਰ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।[1] ਇਸੇ ਨੂੰ 'ਦੁੰਦੇ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, 'ਦੁਬਿਧਾ' ਵੀ ਤੇ 'ਦੂਜਾ ਭਾਉ' ਵੀ। ਇਸ ਦਾ ਅਸਤਿਤਵ ਅਸਲੋਂ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਵਾਸਨਾ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਸੁਆਰਥ ਆਦਿ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਅੱਛੇ-ਬੁਰੇ ਦਾ ਦ੍ਵੰਦ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਬੁਰੇ ਨੂੰ ਮਿਟਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਥਾਂ ਅੱਛਾ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸੰਘਰਸ਼ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਧੜੇ ਬਣਦੇ ਹਨ।[2] ਇਸੇ ਤੋਂ ਹੀ ਲੋਭ, ਮੋਹ ਆਦਿ ਵਿਆਧੀਆਂ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਮਨ ਅਥਵਾ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਮਨ ਦਾ ਸੂਤਕ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।[3] ਆਤਮਿਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਏਕਤਵ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਉਥੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਹੀ ਕੇਵਲ ਹੈ। ਉਥੇ ਤਾਂ :

ਹਰਖ ਸੋਗ ਦੁਹਹੂੰ ਤੇ ਮੁਕਤੇ ॥ ਸਦਾ ਅਲਿਪਤੁ ਜੋਗ ਅਰੁ ਜੁਗਤੇ ॥
ਦੀਸਹਿ ਸਭ ਮਹਿ ਸਭ ਤੇ ਰਹਤੇ ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕਾ ਓਇ ਧਿਆਨੁ ਧਰਤੇ ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 181)

ਭੈ ਸਾਰਾ ਦ੍ਵੈਤ ਵਿਚ ਹੈ, ਜਦ ਦ੍ਵੈਤ ਨਿਬੜ ਜਾਵੇ ਤੇ ਹਰਥੇ ਇਕ ਆਤਮਾ ਹੀ ਦਿਸੇ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।[4] ਜਦ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਭੈ ਕਿਸ ਤੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਕਤਵ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਭੇਦ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਦ੍ਵੰਦ, ਸਗਲਾ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਕਰਤੇ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਵਰਤਾਇਆ ਹੈ :

ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਕਰਤੈ ਧੁਰਿ ਲਿਖਿ ਪਾਇਆ ॥
ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਆਪਿ ਵਰਤਾਇਆ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1054)*

---

1. ਦੁੰਦਰ ਬਾਧਹੁ ਸੁੰਦਰ ਪਾਵਹੁ ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1160)*
2. ਮਿਥਿਆ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਧੜੇ ਬਹਿ ਪਾਵੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 366)*
3. ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 229)*
4. ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਏਕੋ ਜਾਣਹਿ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਨ ਹੋਈ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 441)*

5.6.6 ਮਹਾ ਭਰਮ

ਹਰ ਖੋਤੇ ਨੂੰ ਇਹੋ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਉਪਰ ਹੋਰ ਸਭਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਰ ਲੱਦਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਹਰ ਕੋਈ ਇਹੋ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੁਖੀ ਹੈ। ਮਜ਼ਦੂਰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਠੇਕੇਦਾਰ ਮੈਥੋਂ ਵੱਧ ਸੁਖੀ ਹੈ। ਠੇਕੇਦਾਰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਅਫ਼ਸਰ ਮੈਥੋਂ ਵੱਧ ਸੁਖੀ ਹੈ। ਅਫ਼ਸਰ ਭਾਣੇ ਵਕੀਲ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਖੀ ਹੈ, ਵਕੀਲ ਭਾਣੇ ਜੱਜ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਖੀ ਹੈ। ਜੱਜ ਭਾਣੇ ਡਾਕਟਰ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਖੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸ਼ੇਖ਼ ਫ਼ਰੀਦ ਕੂਕ ਉਠਿਆ ਸੀ:

ਫਰੀਦਾ ਮੈ ਜਾਨਿਆ ਦੁਖੁ ਮੁਝ ਕੂ ਦੁਖੁ ਸਬਾਇਐ ਜਗਿ ॥
ਊਚੇ ਚੜਿ ਕੈ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹਾ ਅਗਿ ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1382)*

ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਖੀ ਸਮਝਣਾ ਕੇਵਲ ਇਕ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਉਂਤ ਹੈ, ਮਨੁੱਖੀ ਚਾਤੁਰੀ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਭਰਮ ਹੈ। ਸੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਸੁਖੀ ਸ਼ਾਇਦ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਨਾ ਬਹੁਤ ਧਨ ਖਟਣ ਵਾਲਾ, ਨਾ ਰੰਗ ਤਮਾਸ਼ੇ ਵੇਖਣ ਵਾਲਾ, ਨਾ ਹੀ ਦੇਸ ਪਰਦੇਸ ਫਿਰਨ ਵਾਲਾ।[1] ਸੱਚਾ ਸੁੱਖ ਤਾਂ ਬਾਹਰੋਂ ਕਿਤਿਓਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਤਾਂ ਸੁੱਖ ਦਾ ਮਹਾਂ ਭਰਮ ਹੀ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਬਾਹਰ ਢੂੰਢਣ ਵਾਲੇ ਕੇਵਲ ਸੁਖ ਦਾ ਭਰਮ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ, "ਸੱਚਾ ਸੁੱਖ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਕੀ ਭਾਲ ਰਹੇ ਹੋ?"[2] ਸੁਖੀ ਹੋਣ ਦਾ ਇੱਕੋ ਵਸੀਲਾ ਹੈ—ਉਹ ਇਹ, ਕਿ ਬਾਹਰੋਂ ਮੋਹ ਤੋੜ ਕੇ ਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਗੋਤਾ ਲਾਈਏ।

ਹੁਣ ਸਵਾਲ ਇਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੋਹ ਨੂੰ ਤੋੜਿਆ ਕਿਵੇਂ ਜਾਵੇ? ਮੋਹ ਨੂੰ 'ਇਧਰੋਂ' ਪੁੱਟ ਕੇ 'ਓਧਰ' ਲਗਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਮੋਹ ਦੀ ਸੰਸਾਰਕ ਪਕੜ ਘਟਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਹਉਲੇ ਹਉਲੇ ਦਾਤਾਂ ਦਾ ਮੋਹ ਹੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦਾਤੇ ਨਾਲ ਲਿਵ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੌਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਸੌਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਬਦ ਸੌਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥
(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 917)

---

1. ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁਤੈ ਧਨਿ ਖਾਟੇ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਪੇਖੇ ਨਿਰਤਿ ਨਾਟੇ ॥
ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁ ਦੇਸ ਕਮਾਏ ॥ ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1147)*
2. ਸਹੁ ਨੇੜੈ ਧਨ ਕੰਮਲੀਏ ਬਾਹਰੁ ਕਿਆ ਢੂਢੇਹਿ ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 722)*

5.7 ਮਨ ਦਾ ਸਾਧਣਾ

ਮਨ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਮਾਰ ਸਕਦਾ। ਕੇਵਲ ਇਹ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਦੇ ਮਾਰਨ ਦਾ ਅਰਥ ਕੀ ਹੈ ? ਅਰਥ ਹੈ ਮਨ ਦੀਆਂ ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ, ਇਸ ਦੇ ਕੂੜ ਕੁਸੱਤ, ਇਸ ਦੀ ਚੰਚਲਤਾ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਖੁਟਹਰ ਸੁਭਾਓ ਦਾ ਮਾਰਨਾ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਇਹ ਇਕੱਠੇ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਲੀ ਦੀ ਥਿਗੜੀ ਵਾਂਗ ਥਿੰਧਾ ਤੇ ਮਲੀਨ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦੈ—ਨਾ ਉਹ ਕਦੇ ਸਾਫ਼ ਹੋਈ ਹੈ, ਨਾ ਇਹ ਉਹਦੇ ਵਾਂਗ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[1] ਐਸੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਅਸੰਭਵ ਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[2] ਪਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਨਾਨਕ ਮਨ ਹੀ ਕਉ ਮਨੁ ਮਾਰਸੀ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਸੋਇ ॥

(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)

ਆਖ਼ਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤਾਂ ਮਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਸੋ ਮਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੀ ਝਗੜਾ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਣੀ ਹੈ ਬਦਲਣ ਲਈ।[3]

ਪਰ ਇਹ ਮਨ ਬੜਾ ਨਿਰਬਲ ਹੈ। ਮਾੜੇ ਕੰਮਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਾਂ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਚੰਗੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣ ਵੱਲੋਂ ਆਲਸੀ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[4] ਕਦੇ ਕਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੰਸਾਰਕ ਬਿਰਤੀ ਛੱਡਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਖ਼ਾਤਰ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਰਕਤ ਹੋਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਜਾ ਬਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਿਰਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਮੂੜ੍ਹ ਕਰਮ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਵਰਜਦੇ ਹਨ :

ਮਾਰੂ ਮਾਰਣ ਜੋ ਗਏ ਮਾਰਿ ਨ ਸਕਹਿ ਗਵਾਰ ॥
ਨਾਨਕ ਜੇ ਇਹੁ ਮਾਰੀਐ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਵੀਚਾਰਿ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*

ਬਦਲਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਭਾਵੇਂ ਮਨ ਨੇ ਹੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਬਿਨਾਂ ਉਹ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਫ਼ੈਸਲਾ ਵੀ ਗੁਰੂ ਹੀ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਫ਼ੈਸਲੇ ਨੂੰ ਬਲ ਵੀ ਓਹੋ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਹਰਿ ਨਾਲ ਲਿਵ ਲਾਉਣ ਦਾ ਵਲ ਵੀ ਸਿਖਾਲਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਵੀ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਘਰ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਵੀ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਮਲੁ ਲਾਗੀ ਕਾਲਾ ਹੋਆ ਸਿਆਹੁ ॥
   ਖੰਨਲੀ ਧੋਤੀ ਉਜਲੀ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸਉ ਧੋਵਣਿ ਪਾਹੁ ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 651)*
2. ਏਹੁ ਮਨੁ ਮਾਰਿਆ ਨਾ ਮਰੈ ਜੇ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*
3. ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਝਗੜਾ ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਸਥ ਮਨ ਹੀ ਮੰਝਿ ਸਮਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*
4. ਭਾਈ ਰੇ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਸਮਝਾਇ ॥
   ਏ ਮਨ ਆਲਸੁ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 28)*
5. ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮੇਲੇ ਤਾ ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਾਸਾ ਇਹੁ ਮਨੁ ਪਾਏ ॥
   ਆਪੈ ਆਪੁ ਖਾਇ ਤਾ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਵੈ ਧਾਵਤੁ ਵਰਜਿ ਰਹਾਏ ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ, ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 945)*

5.7.1 ਮਨ ਦਾ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ

ਮਨ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਕਰਨ ਦੀ ਠਾਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ
ਤਾਂ ਸਾਧਨ ਵੀ ਲੱਭ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਡੀਆਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਕੇਵਲ ਉਤਨੇ ਕੁ ਦੀਆਂ ਸਮਰਥ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਤਨੇ ਜੋਗਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਕੇਵਲ ਵੇਖ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੰਨ ਕੇਵਲ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰਸਨਾ ਕੇਵਲ ਸੁਆਦ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਾਸਕਾਂ ਕੇਵਲ ਸੁੰਘ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਚਾ ਕੇਵਲ ਸਪਰਸ਼ ਕਰਨ ਜੋਗੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਜੀਵ ਨੂੰ ਰਾਹ ਵੀ ਦਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੁਰਾਹੇ ਵੀ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਿਰਨ ਲਈ ਹੇੜੇ ਘੰਡੇ ਦਾ ਨਾਦ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਮੱਛੀ ਲਈ ਕੁੰਡੀ ਵਿਚ ਅੜਾਈ ਹੋਈ ਵਸਤੂ ਦਾ ਸੁਆਦ, ਭੌਰੇ ਲਈ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਸੁਗੰਧ, ਪਤੰਗੇ ਲਈ ਬਲਦੀ ਲਾਟ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ, ਤੇ ਹਾਥੀ ਲਈ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਦੀ ਬਣੀ ਹਥਨੀ ਦਾ ਕਾਮ ਵੱਸ ਕੀਤਾ ਸਪਰਸ਼! ਇਹ ਸਭ ਤਾਂ ਇਕ ਇਕ ਇੰਦਰੀ ਦੀ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਕਾਰਨ ਮਰਦੇ ਹਨ, ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਪੰਜਾਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਬਚਾਓ ਦੀ ਕੀ ਆਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?[1]

ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਮਨ ਦੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਦੌੜਦੀਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਬੜੀਆਂ ਬਲ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ।[2] ਇਹ ਬਲਵਾਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਇਕ ਸਮਰਥਾ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਮਨ ਪਾਸ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੰਜੁਗਤ ਸਮਰਥਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਟਿਕਾਓ ਕਿਵੇਂ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਸ ਦਾ ਵੱਡਾ ਸਾਧਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਕ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਕਰਤੇ ਲਈ ਪ੍ਰੀਤ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਹੀ ਸੱਚੇ ਸੰਜਮ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਜੋਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਜਿਸੁ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਲਗੈ ਸੋ ਮੁਕਤਾ॥ ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਸਿ ਸਚ ਸੰਜਮਿ ਜੁਗਤਾ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 122)

ਮਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਸ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ 'ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਲਗਾਮ' ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।[3] 'ਸਾਂਖ ਦਰਸ਼ਨ' ਵਾਲੇ ਇਸ ਨੂੰ ਯਾਰ੍ਹਵੀਂ ਇੰਦਰੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਦੁਆਰੇ ਪੰਜ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਤੇ ਪੰਜ ਕਰਮ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਸੰਪਾਦਨ ਹੁੰਦਾ ਵੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।

---

1. ਮ੍ਰਿਗ ਮੀਨ ਭ੍ਰਿੰਗ ਪਤੰਗ ਕੁੰਚਰ ਏਕ ਦੋਖ ਬਿਨਾਸ॥
ਪੰਚ ਦੋਖ ਅਸਾਧ ਜਾ ਮਹਿ ਤਾ ਕੀ ਕੇਤਕ ਆਸ॥ *(ਆਸਾ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 486)*
2. ਮਨੂਆ ਦਹ ਦਿਸ ਧਾਵਦਾ ਓਹੁ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ॥
ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਅਧਿਕਾਈ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਨਿਤ ਸੰਤਾਵੈ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 565)*
3. ਕਠ ਉਪਨਿਸ਼ਦ—1:3:3.

5.7.2 ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ

ਹਰ ਹੱਕੀ ਹੁਕਮ ਦੀ ਆਗਿਆ ਪਾਲਣੀ ਅਸਲੀ ਧਰਮ ਹੈ।

ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਬਿਨਾਂ ਤੁੰਦ ਤੋਂ ਤੁੰਦ ਤੂਫ਼ਾਨ, ਮਾੜੇ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਪੱਤੇ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਉਡਾ ਸਕਦਾ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਹੋਰ ਦਾ ਹੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖ ਦੀ ਔਲਾਦ ਹਾਂ। ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਆਉਣਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਜਾਣਾ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਹੋਣਾ ਹੈ।[1] ਉਸੇ ਹੁਕਮ ਅੰਦਰ ਹੀ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਨਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਮੁਤਾਬਕ ਚੱਲਣਾ ਹੀ ਅਸਲੋਂ ਸਾਡੇ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਹੈ।

ਜੋ ਕੁਝ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਸਭ ਉਸੇ ਦੀ ਦਾਤ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਨਹੀਂ ਤੇ ਦਾਤਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਉਲਝ ਕੇ ਦਾਤਾਰ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ।[2] ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਾਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਸ ਦਾਤੇ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰੀਏ ਤੇ ਜੋ ਵੀ ਮਿਲੇ ਉਸ ਉੱਪਰ ਸੰਤੋਖ ਕਰੀਏ।

ਹਰ ਦਾਤ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਵਰਦਾਨ ਮੰਨੀਏ। ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਸਾਡਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਹੁਕਮ ਸਾਡੇ ਨਸੀਬੇ ਵਿਚ ਉਕਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[3] ਇਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰਤੇ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇ ਭਾਗੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਸੁੱਖ ਆਵੇ ਤਾਂ ਭਲਾ, ਦੁੱਖ ਆਵੇ ਤਾਂ ਭਲਾ। ਦੋਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਮੰਨਣ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁਕਮ ਪਾਲਨ ਦਾ ਕਰਤੱਵ ਪਾਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।[4]

ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਨੂੰ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਵਿਚ ਦਖ਼ਲ ਮੰਨਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਕਿ ਸੰਜਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸੁਹਾਵਾ ਸੰਜਮ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਪਰਸਪਰ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਉੱਪਰ ਉਸਰਦੀ ਹੈ।

ਜਦ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਵੱਡੇ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਸਪੁਰਦ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨਿਰਭਉ ਤੇ ਨਿਰਵੈਰ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਨਿਰਭੈਤਾ ਤੇ ਨਿਰਵੈਰਤਾ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[5] ਨਿਰਭੈਤਾ ਤੇ ਨਿਰਵੈਰਤਾ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਕਿਹੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ? ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਊਣਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦਾ ਭਾਗੀ ਹੋਣਾ ਹੈ।

---

1. ਹੁਕਮੇ ਆਵੈ ਹੁਕਮੇ ਜਾਇ॥ ਆਗੈ ਪਾਛੈ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 151)*
2. ਦਾਤਿ ਪਿਆਰੀ ਵਿਸਰਿਆ ਦਾਤਾਰਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 676)*
3. ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ॥ *(ਜਪੁਜੀ, ਪੰਨਾ 1)*
4. ਹੁਕਮੇ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਸਮ ਕਰਿ ਸਹੈ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 962)*
5. ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

5.7.3 ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ?

ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੁਭਾਉ ਨੂੰ ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਬਹੁਤ ਤਕੜੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਖੇੜਦੀ ਹੈ
ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੀ ਵਿਚਾਰ ਹਨ।

ਸਾਡਾ ਮਨ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਪਲੀਤ ਹੈ। ਕੁਝ ਹੁਣ ਮਾੜੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਖੇਪ ਇਸ 'ਤੇ ਲੱਗ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਿਛਲੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਲਾਹੁਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੱਗ ਰਹੀ ਮੈਲ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਨਾ ਤਾਂ ਫਿਰ ਮਨ ਉੱਤੇ ਮਲੀਨਤਾ ਦੇ ਵਿਖੇਪ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੜ੍ਹ ਜਾਣਗੇ। ਮਨ ਦੀ ਮਲੀਨਤਾ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਦਾ ਵਿਛੋੜਾ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਪਵਾ ਦੇਵੇਗੀ।

ਲੋਕ-ਵਿਖਾਵੇ ਲਈ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਨ ਉਸ ਦਾ ਅਜੇ ਵੀ ਸੰਸੇ ਵਿਚ ਹੈ। ਸੰਸਾ-ਬਿਰਤੀ ਵੀ ਮਨ ਨੂੰ ਮਲੀਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਨ ਹੈ :

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ॥ *(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 919)*

ਸੰਸਾ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਮਲੀਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੀ ਹੈ। ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਕੀ ਹੈ ? ਜੇ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਨਾਮ ਜਪਦਿਆਂ ਨਾਮ ਰਸ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਸਮਝੋ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਸਦਾਇਕ ਤੇ ਮਿੱਠੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਸਮਝੋ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਨ ਜਾਗੇ ਦੀ, ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਨ ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੰਗਤ ਚੰਗੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਵਾਲੇ ਦੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਵਾਲਾ ਕਦੀ ਕਿਸੇ ਦੇ ਤਨ ਨੂੰ, ਧਨ ਨੂੰ, ਮਨ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਨਿਗਾਹੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦਾ। ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨਿਰਮਲ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਅਪਵਿੱਤਰ ਫੁਰਨੇ ਨੇੜੇ ਫਟਕਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਐਸੇ ਮਨ ਵਾਲਾ ਕੂੜ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣਾ ਨਾਤਾ ਤੋੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਵਿੱਤਰ ਮਨ ਦੀਆਂ ਜੋ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ 'ਅਨੰਦੁ ਸਾਹਿਬ' ਵਿਚ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੈ ਜਾਂ ਮਲੀਨ।

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ॥
ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ॥
ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ॥
ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ॥
ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ॥

(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 919)

5.7.4 ਮਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ

ਮਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਅਥਵਾ ਆਜ਼ਾਦੀ ਕੋਈ ਸੌਖੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਔਖੀ ਗੱਲ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਹੈ ਕਿ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਕਰਨਾ ਕੀ ਹੈ ?

ਮਨ ਹੀ ਸਾਡਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਬੰਧਨ ਹੈ। ਮਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਬੰਧਨ-ਮੁਕਤੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਭਾਵ, ਉਪਭਾਵ, ਸਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਕਾਮਨਾਵਾਂ, ਮਨੋਵੇਗ ਤੇ ਮਨੋਤਰੰਗਾਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਿਹੜੇ ਪਾਸਿਓਂ ਹਾਂ ? ਸਾਡੀਆਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਕਾਮਨਾਵਾਂ, ਦਿਲਗੀਰੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਵਸੀਕਾਰ ਕੀਤੀ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਝੱਟ ਰੋਂਦੇ ਹਾਂ, ਝੱਟ ਹੱਸ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਮਨੋਵੇਗਾਂ 'ਤੇ ਨਾ ਸਾਨੂੰ ਆਪ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਹੀ। ਕੀ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ, ਕੀ ਧੀਆਂ-ਪੁੱਤਰ, ਕੀ ਸਾਕ-ਸੰਬੰਧੀ, ਕੀ ਦੋਸਤ-ਮਿੱਤਰ ਇਹ ਸਭ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਕੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ? ਜਦ ਸਾਡਾ ਮਨ ਹੀ ਦਿਨ ਰਾਤ ਸਾਨੂੰ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਚੈਨ ਕਿੱਥੋਂ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਹਉਮੈ ਵੇੜ੍ਹਿਆ ਮਨ, ਆਪ ਆਕੜਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਕੜ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤਕ ਸਾਡੇ ਬਾਗ਼ੀ ਇਰਾਦੇ, ਵਿਦਰੋਹੀ ਵਿਚਾਰ, ਫ਼ਸਾਦੀ ਫ਼ੈਸਲੇ, ਵਹਿਸ਼ੀ ਕਾਮਨਾਵਾਂ, ਜਾਂਗਲੀ ਤਰੰਗਾਂ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਿਹੜੇ ਲੇਖੇ ਹਾਂ ? ਸਾਡੇ ਵਿਲਾਸੀ, ਉਪੱਦਰੀ, ਊਧਮੀ ਮਨੋਵੇਗਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਤਕੜੀ ਆਤਮ-ਰਹਿਤ ਤੇ ਕਰੜੇ ਆਤਮ-ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮਨ ਸਾਧਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸਮਝਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨ ਹੀ ਅਸਲ ਜੋਗੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਸਲ ਰਾਜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਮਨੁ ਰਾਜਾ ਮਨੁ ਮਨ ਤੇ ਮਾਨਿਆ ਮਨਸਾ ਮਨਹਿ ਸਮਾਈ॥
ਮਨੁ ਜੋਗੀ ਮਨੁ ਬਿਨਸਿ ਬਿਓਗੀ ਮਨੁ ਸਮਝੈ ਗੁਣ ਗਾਈ॥

(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1125)

ਇਸੇ ਨਾਤੇ ਅਸਲ ਸੂਰਮਾ ਓਹੀ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹੰਕਾਰੀ ਦੁਸ਼ਟ ਨੂੰ ਮਾਰ ਮੁਕਾਵੇ।[1] ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆਂ ਹੀ ਸਾਡੀ ਧੰਧੇ ਧਾਉਣੀ ਮੁੱਕ ਸਕਦੀ ਹੈ।[2] ਸੰਸਾਰਕ ਜਿੱਤਾਂ ਕੋਈ ਵੱਡੀਆਂ ਜਿੱਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਸਫਲਤਾ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਫ਼ਤਹਿ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੈ। ਮਨ ਜਿੱਤਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜਾਣੋ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਫ਼ਤਹਿ ਹੋ ਗਿਆ।[3] ਇਹੋ ਅਸਲ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰੜੀ ਤਪੱਸਿਆ ਤੇ ਸਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

---

1. ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*
2. ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥ ਬਿਨੁ ਮੂਏ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 159)*
3. .....ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*

6.0 ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਹੋਰ ਭਾਗ (ਮਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ)

ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਦੈਵੀ ਦਾਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਲਾਭ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਰਹੱਸ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਲਿੰਗਨ ਵਿਚ ਲੈ ਰੱਖਿਆ ਹੈ।

6.1.1 ਸੁਰਤਿ - 1

ਸੁਰਤਿ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦ ਸ਼੍ਰੁਤੀ ਦਾ ਤਦਭਵ ਰੂਪ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅਸਲ ਅਰਥ ਹਨ 'ਸੁਣਨਾ'। ਸਿੱਧੇ ਸੁਣੇ ਹੋਏ ਗ੍ਰੰਥਾਂ (ਵੇਦਾਂ) ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੁਤੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਧਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਝੋਂ ਸੁਣੇ ਗਏ ਦੇ ਕੋਈ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਸ ਲਈ ਸੁਰਤਿ ਪਦ ਧਿਆਨ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਕ "ਫਾਹੀ ਸੁਰਤਿ ਮਲੂਕੀ ਵੇਸੁ॥ (ਪੰਨਾ 24) ਵਿਚ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ—ਧਿਆਨ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਾਹੁਣ ਵਿਚ ਹੈ ਤੇ ਵੇਸ (ਬਾਣਾ) ਫ਼ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਾਲਾ ਧਾਰਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਪਰ ਧਿਆਨ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਵੀ ਜੋ ਚੇਤਨਾ ਜਾਂ ਮੂਲ ਸੋਝੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਪਰਥਾਇ ਸੁਰਤਿ ਪਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਮ ਵਰਤੀਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮਿੱਟੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਬਣਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਬੇਸੁਰਤ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਚੇਤਨਾ ਅਥਵਾ ਸੁਰਤਿ ਟਿਕਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।[1] ਕੇਵਲ ਸਾਡੇ (ਮਨੁੱਖਾਂ) ਅੰਦਰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਿਤਨੇ ਵੀ ਜੀਵ ਹਨ, ਸਭ ਅੰਦਰ ਉਸ ਨੇ ਚੇਤਨਾ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਵਿਹੀਣਾ ਕੋਈ ਜੀਵ ਨਹੀਂ।[2] ਪਰ ਹਰ ਜੀਵ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ (ਮਹਾ-) ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਹੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ। ਤਦੇ ਜਦ ਜੀਵ ਦੀ ਜੋਤਿ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਜੋਤਿ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਸੁਰਤਿ ਦਾ (ਮਹਾ-) ਸੁਰਤ ਵਾਲੇ (ਸੁਰਤੀ) ਨਾਲ ਸੰਜੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਉਸ 'ਸੁਰਤੀ' ਨਾਲ ਜੁੜਿਆਂ ਹੀ ਅਥਵਾ ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆਂ ਹੀ, ਸੁਰਤਿ ਵਿਗਸਦੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਸੁਰਤਿ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਮਨ ਵੀ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਵੀ।[4] ਪਰ ਜਦੋਂ ਸੁਰਤਿ ਮਾਇਆਵੀ ਜਗਤ ਵੱਲ ਉੱਲਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਲੋਂ ਹੱਟ ਕੇ ਗੁਆਚੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ।[5] ਇਹ ਮਨਮੁਖ ਦੀ ਸੁਰਤ ਹੈ ਜੋ ਫਿੱਕੀ, ਬੇਸੁਆਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਚੀ ਸੁਰਤਿ ਤਾਂ ਬੜੀ ਸੁਹਾਵਣੀ, ਬੜੀ ਰਮਣੀਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[6] ਇਸ ਸੱਚੀ ਸੁਰਤਿ ਨਾਲ ਓਹੋ ਹੀ ਜੁੜਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤਨ ਮਨ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।[7] ਐਸੀ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਹੈ।[8] ਸੁਰਤਿ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਭਵਸਾਗਰ ਤਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੁਰਤਿ ਸਬਦਿ ਭਵ ਸਾਗਰੁ ਤਰੀਐ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਵਖਾਣੇ॥

(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 938)

---

1. ਮਾਟੀ ਅੰਧੀ ਸੁਰਤਿ ਸਮਾਈ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 100)*
2. ਏਕਾ ਸੁਰਤਿ ਜੇਤੇ ਹੈ ਜੀਅ॥ ਸੁਰਤਿ ਵਿਹੂਣਾ ਕੋਇ ਨ ਕੀਅ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 24)*
3. ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਮਿਲਾਈਐ ਸੁਰਤੀ ਸੁਰਤਿ ਸੰਜੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 21)*
4. ਮੰਨੈ ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*
5. ਮਿਲਿ ਮਾਇਆ ਸੁਰਤਿ ਗਵਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 989)*
6. ਸਾਚੀ ਸੁਰਤਿ ਸੁਹਾਵਣੀ ਮਨਮੁਖ ਮਤਿ ਫੀਕੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1011)*
7. ਜਿਨਿ ਤਨੁ ਮਨੁ ਦੀਆ ਸੁਰਤਿ ਸਮੋਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1027)*
8. ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਰਤਿ ਸਬਦੁ ਨੀਸਾਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 414)*

6.1.2 ਸੁਰਤਿ - 2 (ਚਿੱਤ)

ਵਰੋਸਾਈ ਸੁਰਤਿ ਭਾਵੇਂ ਅੰਦਰ ਵੇਖੇ ਭਾਵੇਂ ਬਾਹਰ, ਹਰ ਸੁਰਤ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ (ਮਹਾ-ਸੁਰਤਿ ਪ੍ਰਭੂ) ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਚਿਤ, ਸੁਰਤਿ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ (ਮਨ, ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ) ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਭਾਗ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸੁਰਤਿ ਜਾਂ ਚੇਤਨਾ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਵੀ। ਜਦ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਚਨਾ, ਉਸ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਵੇਖ ਕੇ ਵਿਸਮਾਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।[1] ਤਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ:

ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ॥ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 469)

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੁਰਤਿ ਤਨ ਦੇ ਪੇਸ਼ਿਆਂ, ਤੰਤੂਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਓਤ-ਪੋਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਆਸਰੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਗ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਰ ਕੋਸ਼ਾ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਿਰਿਆ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਿਹਿਤ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਕਰਿਸ਼ਮਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਸੁਰਤਿ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਪਰਤਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਦਰੋਂ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਦਾ ਗੀਤ ਸੁਣਦੀ ਹੈ। ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਦੇ ਗੀਤ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਚ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਵੀ ਸੁਰਤਿ ਵਿਸਮਾਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ:

ਹਉ ਬਿਸਮ ਭਈ ਦੇਖਿ ਗੁਣਾ ਅਨਹਦ ਸਬਦ ਅਗਾਜਾ ਰਾਮ॥

(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 765)

ਇਥੇ ਸੁਰਤਿ ਕਿਸੇ ਵਸਤ ਦੀ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ, ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ, ਸਾਰੇ ਚੇਤੇ, ਸਿਮਰਤੀਆਂ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਭਾਵ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਚੁੱਕੇ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤਦ ਸੁਰਤਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ:

ਆਪਾ ਮਧੇ ਆਪੁ ਪਰਗਾਸਿਆ ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮੁ॥

(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1329)

ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਉਸ ਗੁਫ਼ਾ ਵਿਚ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਨਾਮ ਨਿਰੰਜਨ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ।[2] ਇਸੇ ਨਿਰੰਜਨ ਦੀ ਛੁਹ ਨਾਲ ਸੁਰਤਿ ਵਿਚ ਚੇਤਨਾ ਲਹਿਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

---

1. ਲੋਇਣ ਦੇਖਿ ਰਹੇ ਬਿਸਮਾਦੀ ਚਿਤੁ ਅਦਿਸਟਿ ਲਗਾਈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 910)*
2. ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ ਹੈ ਕਿਉ ਪਾਈਐ ਭਾਈ॥
   ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਵਰਤਦਾ ਰਵਿਆ ਸਭ ਠਾਂਈ॥
   ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਤੇ ਪਾਈਐ ਹਿਰਦੈ ਦੇਇ ਦਿਖਾਈ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1242)*

6.1.3 ਸੁਰਤਿ - 3 (ਚੇਤਨਾ)

ਇਕ ਨਿੱਕੀ ਜਿੰਨੀ ਚਿਣਗ ਵੀ ਪ੍ਰਚੰਡ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚੇਤਨਾ ਬਾਰੇ ਕਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਖੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ? ਕੀ ਇਕੱਲਾ ਕੋਸ਼ਾ (cell) ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਕੀ ਕਿਸੇ ਕੋਸ਼ੇ ਦਾ ਲਘੂ ਭਾਗ ਕਿਸੇ ਮਾਨਸਿਕ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਅਜੇ ਤਕ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਇਹ ਮਨੌਤ ਹੁਣ ਆਮ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰਤਿ (ਚੇਤਨਾ) ਦੀ ਨਾ ਕੋਈ ਹੇਠਲੀ ਸੀਮਾ ਹੈ, ਨਾ ਉਪਰਲੀ, ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਦੀਆਂ ਇਤਨੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਤਨੀਆਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ। ਕਈ ਵਿਦਵਾਨ ਤਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੀਵਨ ਤੇ ਚੇਤਨਾ ਸਮਾਨ-ਆਰਥਿਕ ਸ਼ਬਦ ਹਨ।

ਕਈ ਸੁਘੜ ਵਿਦਵਾਨ ਇਥੋਂ ਤੀਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਿਲੌਰਾਂ (crystals) ਤੇ ਅਣੂਆਂ (molecules) ਵਿਚ ਵੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਆਦਿਮ ਚੇਤਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਸਪੰਦਨ ਦੀ ਅਉਧ ਇਕ ਖਿਣ ਦੇ ਹਜ਼ਾਰਵੇਂ ਹਿੱਸੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂ (atom) ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਿਜਲਾਣੂਆਂ (electrons) ਤੇ ਕੁਆਰਕ (quarks) ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਚੇਤਨਾ ਅਰਬਾਂ ਖਰਬਾਂ ਅਣੂਆਂ ਦੇ ਸਪੰਦਨ ਦੇ ਸੰਗਠਨ ਰਾਹੀਂ ਉਪਜੇ ਸਿਮਰਿਤੀ (ਚੇਤੇ) ਦੇ ਬੁਣੇ ਹੋਏ ਡੀਜ਼ਾਈਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਜਗਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ (indeterminism) ਦੇ ਅਸੂਲ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਮੁੱਚਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਆਪਣੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਭਾਗੀਦਾਰ ਚੇਤਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਉੱਦਾਤ ਤੇ ਸਰਬ-ਸਮੁੱਚੀ ਵਡ-ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰ ਕੇ ਐਸੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਓਅੰਕਾਰ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ 'ਸੁਰਤਾ' ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[1]

ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਇਕ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਆਪੇ ਦੀ ਸਚੇਤਤਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਕ ਹੋਰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਸਚੇਤਤਾ ਦੀ ਸਚੇਤਤਾ ਅਥਵਾ ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਹੈ। ਇਕ ਹੋਰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਆਪੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਸਮੁੱਚ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਅਸਲੇ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਨੇੜੇ ਹੋਵੇ।

---

1. (ੳ) ਆਪੇ ਸੁਰਤਾ ਆਪੇ ਜਾਨੁ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 795)*
   (ਅ) ਆਪੇ ਸੁਰਤਾ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਬੀਚਾਰੋ ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 940)*
   (ੲ) ਆਪੇ ਸਕਤਾ ਆਪੇ ਸੁਰਤਾ ਸਕਤੀ ਜਗਤੁ ਪਰੋਵਹਿ ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1242)*

6.2 ਮਤਿ

ਮਾੜੀ ਮਤਿ ਰੋਲਦੀ ਹੈ, ਉੱਦਾਤ ਮਤਿ ਜੀਵਨ ਸੁਆਰਦੀ ਹੈ।

ਮਤਿ, ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਕਲ ਨੂੰ ਆਖਿਆ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਮਤਿ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਮੰਦੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਕੁਮਤਿ ਜਾਂ ਦੁਰਮਤਿ।[1] ਮਨ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗਿਆਂ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ ਜਿਹੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮਗਰ ਭੱਜਦਿਆਂ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਹਾਰਨਾ,[2] ਸ਼ਕਤੀ ਵਿਹਾਜਣ ਮਗਰ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ[3] ਪਛਤਾਵਾ ਸਹੇੜਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਮਤਿ ਨੂੰ ਮਲੀਨ, ਮੁਗਧ, ਅਲਪ, ਬਉਰੀ, ਓਛੀ, ਮੂਢ, ਝੂਠੀ, ਹੀਨੀ ਆਦਿ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਨਾਲ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਚਿਤਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਐਸੀ ਮਤਿ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਜਵਲ ਵਿਚ ਡੋਬਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, "ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਮਤਿ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਮਾਇਆ ਦਾ ਭਵਸਾਗਰ ਤਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?"[4] ਤਦ ਜਿਗਿਆਸੂ ਉਸ ਸੁਮਤਿ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ।[5] ਸੋ, ਉਹ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਮੁੱਖ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਮਤਿ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਭਵਜਲ ਤਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[6] ਐਸੀ ਗੁਰਮਤਿ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਨਿਰਮਲ, ਨਉਤਨ, ਪਰਧਾਨ, ਸੁਧ, ਪੀਰ, ਨਿਹਚਲ, ਪਰਵਾਣ, ਖਰੀ, ਦੁਰਲਭ ਆਦਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਮਤਿ। ਤਦੇ ਜਿਗਿਆਸੂ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਰੁਚੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਸਮਝ ਵਾਲੀ ਮਤਿ ਲਈ ਜੋਦੜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।[7] ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਚੱਲਣ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਸੁਮਤਿ ਉਜਾਗਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅੰਦਰ ਲਿਵ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[8] ਤਦ ਮਤਿ ਅੰਦਰ ਜਿਵੇਂ, ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਅਮੋਲਕ ਵਸਤਾਂ ਆਣ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।[9] ਪਰ ਮਤਿ ਤਾਂ ਕਦੇ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਤੇ ਕਦੇ ਨੀਵੇਂ ਪਾਸੇ ਜਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[10] ਪਰ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਪੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹਨ :

ਆਪਿ ਭੁਲਾਇ ਆਪੇ ਮਤਿ ਦੇਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 224)*

ਇਸੇ ਲਈ ਜਿਗਿਆਸੂ ਇਹ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ :

ਕਰਹੁ ਕ੍ਰਿਪਾ ਭ੍ਰਮੁ ਚੂਕਈ ਮੈ ਸੁਮਤਿ ਦੇਹੁ ਸਮਝਾਇ॥

(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀਉ, ਪੰਨਾ 346)

---

1. ਮੰਮੈ ਮਤਿ ਹਿਰਿ ਲਈ ਤੇਰੀ ਮੂੜੇ ਹਉਮੈ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਪਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 435)*
2. ਮਨਮੁਖੁ ਅਗਿਆਨੁ ਦੁਰਮਤਿ ਅਹੰਕਾਰੀ॥
   ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਜੂਐ ਮਤਿ ਹਾਰੀ॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 314)*
3. ਉਛਲਿਆ ਕਾਮੁ ਕਾਲ ਮਤਿ ਲਾਗੀ ਤਉ ਆਨਿ ਸਕਤਿ ਗਲਿ ਬਾਂਧਿਆ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)*
4. ਕਵਨ ਸੁ ਮਤਿ ਜਿਤੁ ਤਰੈ ਇਹ ਮਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 180)*
5. ਊਤਮ ਮਤਿ ਮੇਰੈ ਰਿਦੈ ਤੂੰ ਆਉ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 377)*
6. ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਉ ਗੁਰਿ ਇਹ ਮਤਿ ਦੀਨੀ ਜਪਿ ਹਰਿ ਭਵਜਲੁ ਤਰਨਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 670)*
7. ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਤੂੰ ਗੁਰੁ ਪਿਤਾ ਹੈ ਦੇ ਮਤਿ ਸਮਝਾਏ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 450)*
8. ਉਪਜੈ ਸਹਜੁ ਗਿਆਨ ਮਤਿ ਜਾਗੈ॥ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਅੰਤਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 92)*
9. ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*
10. ਮਤਿ ਪੰਖੇਰੂ ਕਿਰਤੁ ਸਾਥਿ ਕਬ ਉਤਮ ਕਬ ਨੀਚ॥
    ਕਬ ਚੰਦਨਿ ਕਬ ਅਕਿ ਡਾਲਿ ਕਬ ਉਚੀ ਪਰੀਤਿ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 147-48)*

6.3.1 ਬੁਧਿ - 1

ਮੰਦ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਨਿਰਾ ਸਿੱਕਾ ਜਾਪਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ
ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਜ਼ੱਰਾ ਜ਼ੱਰਾ, ਪੱਤਾ ਪੱਤਾ ਝਮ ਝਮ ਕਰਦਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ ਬਾਹਰਲੇ ਗਿਆਨ ਦੇ ਸੰਦ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਅੰਦਰਲੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਸੰਦ ਸਾਡਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਹੈ। ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਪਰੰਪਰਕ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਚਾਰ ਭਾਗ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ : ਮਨ, ਚਿੱਤ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ। ਮਨ ਤੇ ਚਿੱਤ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਅਸੀਂ ਉੱਪਰ ਕਰ ਆਏ ਹਾਂ। ਅਹੰਕਾਰ ਦੀ ਗੱਲ ਬਾਦ ਵਿਚ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਬੁਧਿ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਬੁਧਿ ਉਹ ਅੰਦਰਲੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ ਜੋ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਦੀ, ਹਾਲਾਤ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਂਦੀ, ਨਿਰਣਾ ਕਰਦੀ ਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਭਾਲਦੀ ਹੈ।[1] ਬੁਧਿ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਜੁਲਦਾ ਸੰਕਲਪ 'ਸਿਆਣਪ' ਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਰਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬੁਧਿ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਆਣਪ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਤੋਂ ਉਪਜਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਦੋਨੋਂ ਪੁੱਠੇ ਪਾਸੇ ਵੀ ਤੁਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦ ਬੁਧਿ ਤੇ ਸਿਆਣਪ ਨਿਬੜ ਜਾਣ ਤਾਂ ਅਵਗੁਣ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮਗਰੋਂ ਪਛਤਾਵੇ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।[2] ਬੇਸਮਝ ਬੁੱਧੀ ਪਥਭ੍ਰਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਹੀ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[3] ਐਸੀ ਬੁਧਿ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤ ਕਾਲ ਤਕ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦੇਂਦੀ।[4] ਇਸ ਲਈ ਜੈਸੀ ਬੁਧਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹੋ ਜਿਹੀ ਸੋਝੀ ਉਸ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5] ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖੋਟੀ ਬੁਧਿ ਮਿਟਦੀ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਵਾਨ ਬੁਧਿ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਭਵਜਲ ਸੰਸਾਰ ਤਰ ਕੇ ਲੰਘਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[6] ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੈਸੀ ਬੁਧਿ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨ ਟਿਕ ਸਕਦਾ ਹੈ ?[7] ਇਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਪੂਰਨ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਦੀ ਬੁਧਿ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਉਗੁਣਾਂ ਦੀ ਪੋਟਲੀ ਲੱਥ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰਭੈਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁ ਤਨੁ ਬੁਧਿ ਅਰਪੀ ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਤਬ ਹਮ ਸਹਜਿ ਸੋਏ॥
ਜਉ ਲਉ ਪੋਟ ਉਠਾਈ ਚਲਿਅਉ ਤਉ ਲਉ ਡਾਨ ਭਰੇ॥
ਪੋਟ ਡਾਰਿ ਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ਮਿਲਿਆ ਤਉ ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਏ॥

(ਰਾਗ ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)

---

1. ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ 'ਬੁਧਿ' ਪਦ ਸ਼ੁਭ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ :
   ਸਾ ਬੁਧਿ ਦੀਜੈ ਜਿਤੁ ਵਿਸਰਹਿ ਨਾਹੀ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 100)*
2. ਬੁਧਿ ਵਿਸਰਜੀ ਗਈ ਸਿਆਣਪ ਕਰਿ ਅਵਗਣ ਪਛੁਤਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 76)*
3. ਮਤਿ ਬੁਧਿ ਭਵੀ ਨ ਬੁਝਈ ਅੰਤਰਿ ਲੋਭ ਵਿਕਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 27)*
4. ਜਿਉ ਉਲਝਾਇਓ ਬਾਧ ਬੁਧਿ ਕਾ ਮਰਤਿਆ ਨਹੀ ਬਿਸਰਾਨੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 242)*
5. ਜਾ ਕੈ ਜੀਅ ਜੈਸੀ ਬੁਧਿ ਹੋਈ॥ ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਜਾਨੈਗਾ ਸੋਈ॥
   (ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 343))
6. ਦੁਰਮਤਿ ਮੇਟਿ ਬੁਧਿ ਪਰਗਾਸੀ ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਤਾਰੀ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 495)*
7. ਕਵਨ ਬੁਧਿ ਜਿਤੁ ਅਸਥਿਰੁ ਰਹੀਐ ਕਿਤੁ ਭੋਜਨਿ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸੈ॥
   (ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 945)

6.3.2 ਬੁਧਿ - 2 (ਬੁਧਿ ਦੇ ਵਰਗ)

ਬਾਲ-ਬੁਧਿ ਦਾ ਗੁਣ ਮਸੂਮੀ ਹੈ। ਉਸ ਪਾਸ ਭਰੋਸਾ ਹੀ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਵੀ ਸ਼ੱਕੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਬੁਧਿ ਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕਸਾਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਨਾ ਇਕ ਵਰਗ। ਇਹ ਬਦਲਦੀ ਵੀ ਹੈ, ਪ੍ਰੌੜ੍ਹ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਵਿਸਰਜਿਤ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭ੍ਰਸ਼ਟ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਲਕ ਦੀ ਬੁਧਿ ਮਸੂਮ ਬੁਧਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੇਸ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਸੁੱਖ ਵਰਤਦਾ ਹੈ।[1] ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਦੁਨੀਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰਕ ਬੁੱਧੀ ਸਿਖਾਲਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਬੁਧਿ ਚੰਚਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,[2] ਚਤੁਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਸਥਿਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜੇ ਸੰਘਣੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਸ ਅੰਦਰ ਅਹੰਕਾਰ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਅਹੰਬੁਧਿ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਭਿਮਾਨੀ ਬੁਧਿ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਤੇ ਅਭਿਮਾਨ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[3] ਐਸੀ ਅਭਿਮਾਨੀ ਬੁਧਿ ਕੋਈ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਂਦੀ, ਜਿਵੇਂ ਚੰਦਨ ਦੇ ਕੋਲ ਉੱਚਾ ਲੰਮਾ ਬਾਂਸ ਉਸ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਗ੍ਰਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੌੜਾ ਨਿੰਮ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[4] ਇਹ ਜਦੋਂ ਹੋਰ ਸੰਘਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਖੋਤੇ ਵਾਲੀ ਬੁੱਧੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਅਸਲ ਖਰ ਬੁੱਧੀ।[5] ਦੁਨਿਆਵੀ ਬੁੱਧੀ ਵਿਚ ਦੁਰਮਤਿ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਪਾਸਾਰ ਪਸਰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰੌੜ੍ਹਤਾ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਉਹ ਬੁਧਿ ਹੈ ਜਿਸ ਪਾਸ ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਦੀ ਤਮੀਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਬੁਧਿ ਸਤਸੰਗਤਿ ਤੋਂ, ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਤੋਂ, ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[6] ਜਾਂ ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਉਸ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਗਿਆਨ ਤੋਂ।[7] ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਉਹ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬਿਬ (=ਦੋ) ਤੋਂ ਏਕ ਵੱਲ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।[8] ਇਹੋ ਸਾਰ ਬੁੱਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਈਂ ਵੱਲ ਮੁੱਖ ਕਰਦੀ ਹੈ।[9] ਇਹੋ ਹੀ ਤੱਤ ਬੁੱਧੀ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[10] ਏਸੇ ਨੂੰ ਬੁਧਿ ਪ੍ਰਗਾਸ ਆਖਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਦੁਰਮਤਿ ਦੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਦੂਰੀ ਦਾ ਨਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਐਸੀ ਬੁਧਿ ਦਾ ਪ੍ਰਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਮ ਦਾ ਡਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਐਸੀ ਬੁਧਿ ਵਾਲਾ ਜਮ ਨੂੰ ਸਿਰਜਣ ਵਾਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋਇਆ ਵੇਖਦਾ ਹੈ।

ਕਬੀਰ ਮੇਰੀ ਬੁਧਿ ਕਉ ਜਮੁ ਨ ਕਰੈ ਤਿਸਕਾਰ॥
ਜਿਨਿ ਇਹੁ ਜਮੂਆ ਸਿਰਜਿਆ ਸੁ ਜਪਿਆ ਪਰਵਿਦਗਾਰ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1371)*

---

1. ਪਾਇਓ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਸੁਖੁ ਰੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*
2. ਚੰਚਲ ਚਪਲ ਬੁਧਿ ਕਾ ਖੇਲੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 152)*
3. ਗਿਆਨੀ ਗੁਨੀ ਸੂਰ ਹਮ ਦਾਤੇ ਇਹ ਬੁਧਿ ਕਬਹਿ ਨ ਨਾਸੀ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 974)*
4. ਮੈਲਾਗਰ ਸੰਗੇਣ ਨਿੰਮੁ ਬਿਰਖ ਸਿ ਚੰਦਨਹ॥
   ਨਿਕਟਿ ਬਸੰਤੋ ਬਾਂਸੋ ਨਾਨਕ ਅਹੰ ਬੁਧਿ ਨ ਬੋਹਤੇ॥ *(ਗਾਥਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1360)*
5. ਇਕਨਾ ਨਾਦ ਨ ਬੇਦ ਨ ਗੀਅ ਰਸੁ ਰਸ ਕਸ ਨ ਜਾਣੰਤਿ॥
   ਇਕਨਾ ਸੁਧਿ ਨ ਬੁਧਿ ਨ ਅਕਲਿ ਸਰ ਅਖਰ ਕਾ ਭੇਉ ਨ ਲਹੰਤਿ॥
   ਨਾਨਕ ਸੇ ਨਰ ਅਸਲਿ ਖਰ ਜਿ ਬਿਨੁ ਗੁਣ ਗਰਬੁ ਕਰੰਤਿ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1246)*
6. ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਬੁਧਿ ਬਿਬੇਕ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 377)*
7. ਕਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਗੋਬਿੰਦ ਦੀਆ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਬੁਧਿ ਬਿਬੇਕ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 501)*
8. ਕਬੀਰ ਰਾਮੈ ਰਾਮ ਕਹੁ ਕਹਿਬੇ ਮਾਹਿ ਬਿਬੇਕ॥
   ਏਕੁ ਅਨੇਕਹਿ ਮਿਲਿ ਗਇਆ ਏਕ ਸਮਾਨਾ ਏਕ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1374)*
9. ਸਿਵ ਕੀ ਪੁਰੀ ਬਸੈ ਬੁਧਿ ਸਾਰੁ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1159)*
10. ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਤਤੁ ਬੁਧਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 262)*

6.3.3 ਬੁਧਿ - 3 (ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ)

ਬਿਬੇਕ ਉਮਰ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਰੁਝਾਣ ਨਾਲ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ।
ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੌਲਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਨ ਸੁੱਖ ਭਾਲਦਾ ਤੇ ਸੁੱਖ ਵਿਹਾਜਣ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਿਮਰਿਤੀਆਂ ਜਗਾਉਂਦਾ ਤੇ ਕਲਪਨਾ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਸੁੱਖ ਮਾਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮੋਹ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸੁੱਖ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਬਾਰ ਬਾਰ ਇਹਨਾਂ ਸਿਮਰਿਤੀਆਂ ਤੇ ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਇੰਜ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਆਦਤ ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਆਦਤ ਤੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਫਿਰ ਭੜਕ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਬੁੱਝਣ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਤੇ ਜੀਵ ਹਾਰ ਹੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਐਸੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਹਰ ਵਿਚਾਰੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਉੱਪਰ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਉਂ ਹੀ ਬਿਬੇਕ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਿੱਚਰ ਮਨੁੱਖ ਅਵਿੱਦਿਆ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਬਿਬੇਕ ਧੁੰਦਲਾ ਤੇ ਮਲੀਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2] ਪਰ ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਦਾ ਹੱਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਤਦ ਮਨ ਆਪਣੀਆਂ ਚਾਤੁਰੀਆਂ ਛੋੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਬਿਬੇਕ ਦੀ ਸਬਲਤਾ ਅੱਗੇ ਹਥਿਆਰ ਸੁੱਟ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਪਰਮਾਰਥਕ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤਕੜੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਜੀਵ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਨ ਦੀਆਂ ਬੰਧਨ-ਕੜੀਆਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਦ ਉਹ ਜੀਵ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਨਿਖਰ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ।[4] ਇਹ ਸਮਝ ਲਈਏ ਕਿ ਜੀਵ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹ ਅਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਬਿਬੇਕ ਹੀਣਤਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[5] ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਬਿਬੇਕ-ਬੁਧਿ ਉਦੈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ :

ਓਇ ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਬਿਬੇਕ ਰਹਹਿ ਦੁਖਿ ਸੁਖਿ ਏਕ ਸਮਾਨਿ॥

(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1418)

ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਹਰ ਦ੍ਵੰਦ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਦੁਬਿਧਾ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਸਦਾ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਸਰੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਨਿਹਾਰਦੀ ਹੈ।

---

1. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਜਲਤ ਨ ਕਬਹੂ ਬੂਝਹਿ ਜੂਐ ਬਾਜੀ ਹਾਰੀ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1198)*
2. ਮਾਧੋ ਅਬਿਦਿਆ ਹਿਤ ਕੀਨ॥ ਬਿਬੇਕ ਦੀਪ ਮਲੀਨ॥ *(ਆਸਾ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 486)*
3. ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮੇਲੇ ਅਨਦਿਨੁ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਬਿਚਰੈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 690)*
4. ਸੋ ਜਨੁ ਰਲਾਇਆ ਨਾ ਰਲੈ ਜਿਸੁ ਅੰਤਰਿ ਬਿਬੇਕ ਬੀਚਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩ ਪੰਨਾ 28)*
5. ਹਉਮੈ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਖੁਆਇਆ ਦੁਖੁ ਖਟੇ ਦੁਖ ਖਾਇ॥
   ਅੰਤਰਿ ਲੋਭ ਹਲਕੁ ਦੁਖੁ ਭਾਰੀ ਬਿਨੁ ਬਿਬੇਕ ਭਰਮਾਇ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1132)*

6.4 ਚਿਤ

ਜਿਸ ਦਾ ਚਿਤ ਨਿਰਮਲ ਹੈ, ਉਹ ਲਿਸ਼ਕਦੀ ਬਿਜਲੀ ਤੇ ਗਰਜਦੇ ਬੱਦਲਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਆਰਾਮ ਦੀ ਨੀਂਦ ਸੌਂ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਦਾ ਲਗਪਗ ਸਮਾਨਰਥਕ ਸ਼ਬਦ 'ਚਿਤ' ਵੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਮਨਮੁਖ ਮੂੜ ਮਾਇਆ ਚਿਤ ਵਾਸੁ"[1] ਜਾਂ "ਕਾਮਿ ਦਾਮਿ ਚਿਤੁ ਪਰ ਵਸਿ ਸੇਈ"[2] ਜਹੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵਿਚ। ਪਰ, ਇਹ ਪਦ ਬੜੀ ਵਾਰ ਚੇਤੇ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਚਿਤਹਿ ਨ ਬਿਸਰਹਿ ਕਾਹੂ ਬੇਰਾ"[3] ਜਾਂ "ਚਿਤਵਉ ਚਿਤ ਨਾਥ ਚਿਤਵਉ ਚਿਤ ਨਾਥ ਹੇ ਰਖਿ ਲੇਵਹੁ ਸਰਣਿ ਅਨਾਥ ਹੇ ਮਿਲੁ ਚਾਉ ਚਾਈਲੇ ਪ੍ਰਾਨ"[4] ਵਰਗੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਵਿਚ। ਕਈ ਥਾਈਂ 'ਚਿਤ' ਦਾ ਅਰਥ 'ਧਿਆਨ' ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਤ੍ਰੈ ਗੁਣ ਮੇਟੇ ਚਉਥੈ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ"[5] ਜਾਂ "ਮੈ ਤਨਿ ਅਵਗਣ ਏਤੜੇ ਖਸਮੁ ਨ ਫੇਰੇ ਚਿਤੁ", ਜਾਂ "ਤਜਿ ਚਿਤ੍ਰੈ ਚਿਤੁ ਰਾਖਿ ਚਿਤੇਰਾ"[6] ਜਿਹੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵਿਚ। ਕਈ ਹੋਰ ਥਾਈਂ 'ਚਿਤ' ਪਦ 'ਭਾਵਨਾ' ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਚਿਤਹਿ ਉਲਾਸ ਆਸ ਮਿਲਬੇ ਕੀ ਚਰਨ ਕਮਲ ਰਸ ਪੀਵਨ"[7] "ਮਗਨ ਮਨੈ ਮਹਿ ਚਿਤਵਉ ਆਸਾ ਨੈਨਹੁ ਤਾਰ ਤੁਹਾਰੀ"[8] ਆਦਿ ਤੁਕਾਂ ਵਿਚ। ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਇਸ ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ ਸੋਚਣਾ ਵਿਚਾਰਨਾ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਰਿਆ 'ਚਿਤਵਨਾ' ਵਰਤੀਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਜਉ ਲਉ ਹਉ ਕਿਛੁ ਸੋਚਉ ਚਿਤਵਉ ਤਉ ਲਉ ਦੁਖਨੁ ਭਰੇ"[9] ਜਾਂ "ਮਨ ਮਹਿ ਚਿਤਵਉ ਚਿਤਵਨੀ ਉਦਮੁ ਕਰਉ ਉਠਿ ਨੀਤ"[10] ਆਦਿ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵਿਚ। ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਇਸ ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ 'ਚੇਤਨਾ' ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ "ਚਿਤਹਿ ਚਿਤੁ ਸਮਾਇ ਤ ਹੋਵੈ ਰੰਗੁ ਘਨਾ"[11] ਜਾਂ "ਚੇਤਿ ਸੁਚੇਤ ਚਿਤ ਹੋਇ ਰਹੁ ਤਉ ਲੈ ਪਰਗਾਸੁ ਉਜਾਰਾ"[12] ਜਿਹੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਵਿਚ। ਕੁਝ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਇਸੇ ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ 'ਇੱਛਾ ਕਰਨਾ' ਵੀ ਹੋਇਆ ਭਾਸਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਹਰਿ ਕੇ ਦਾਸ ਕੀ ਚਿਤਵੈ ਬੁਰਿਆਈ ਤਿਸ ਹੀ ਕਉ ਫਿਰਿ ਮਾਰਿ"[13] ਜਾਂ "ਕਾਮੁ ਚਿਤੈ ਕਾਮਣਿ ਹਿਤਕਾਰੀ"[14] ਜੈਸੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵਿਚ। ਇਸ ਲਈ 'ਚਿਤ' ਪਦ ਦੇ ਅਰਥ ਉਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿਚ ਹੀ ਸਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਤਾਂ ਭੀ ਆਮ ਕਰ ਇਹ 'ਮਨ' ਦਾ ਸਮਾਨਰਥਕ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਜੋ ਸਦਾ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ:

ਤੇ ਦਿਨ ਸੰਮਲੁ ਕਸਟ ਮਹਾ ਦੁਖ ਅਬ ਚਿਤੁ ਅਧਿਕ ਪਸਾਰਿਆ॥

(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)

1. ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222
2. ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226
3. ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 739
4. ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 462
5. ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 231
6. ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 340
7. ਮਲਾਰ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1268
8. ਕੇਦਾਰਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1120
9. ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214
10. ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 519
11. ਫੁਨਹੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1362
12. ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 339
13. ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 674
14. ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 225

6.5.1 ਹਉਮੈ - 1

ਕੱਛੂ-ਕੁੰਮੀ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਅੰਡੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਖ਼ਬਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੁੱਕੜੀ ਅੰਡਾ ਇਕ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਰੇ ਜਹਾਨ ਨੂੰ ਇਸ ਵਲੋਂ ਗਿਆਤ ਕਰਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਜੋ ਚਾਰ ਭੇਦ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ, ਜੋ 'ਅਹੰ' ਦਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਅੰਦਰ 'ਅਹੰਕਾਰ' ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਅਰਥ ਘੁਮੰਡ ਜਾਂ ਅਭਿਮਾਨ ਹੈ।[1] ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਵੇਦਾਂਤਕ ਅਹੰਕਾਰ ਦੀ ਥਾਂ 'ਹਉਮੈ' ਪਦ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸ਼ਬਦ 'ਅਹੰ-ਮਤਿ' ਦਾ ਤਦ ਭਵ ਰੂਪ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਮੈਂ-ਪਨੇ ਦਾ ਭਾਵ। ਮੈਂ ਜਦ ਹਉਂ ਵੱਲ ਝੁਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਂ ਹਉਂ ਵਿਚ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਲੱਗ ਕੇ ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਅਭਿਮਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪੇ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।[2] ਜਦੋਂ ਹਉਮੈ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਮਤਾ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ 'ਮੈਂ-ਮੈਂ' ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ 'ਮੇਰਾ-ਮੇਰਾ' ਵੀ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।[3] ਇਉਂ ਸਾਰਾ ਜੱਗ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਬਉਰਾਨਾ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਹੀ ਦ੍ਵੈਤ-ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।[4] ਜਦੋਂ 'ਮੈਂ' ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ 'ਦ੍ਵੈਤ' (ਦੂਜਾ ਭਾਵ) ਉਪਜਦਾ ਹੈ। 'ਮੈਂ' ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਭ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ।[5] ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਜੀਵ ਨੂੰ ਦ੍ਵੈਤ ਭਾਵ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਭੁਲਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[6] ਜਿਥੇ ਹਉਮੈ ਪ੍ਰਬਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ 'ਮੈਂ' ਹੀ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਹੀਂ। ਹਉਮੈ ਬੁੱਝ ਜਾਵੇ, ਹੱਟ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸੁੱਝਦਾ ਹੈ।[7] ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਕੋਈ ਇਹ ਕਹਿ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਇਕ ਹੈ ਤੇ ਇੱਕੋ ਉਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਮਨੁੱਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੱਟ ਕੇ ਆਪਣੇ ਗਰਬ ਗੁਮਾਨ ਵਿਚ ਹੀ ਧੱਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[8] ਇਹ ਹਉਮੈ ਬੜੀ ਮਿੱਠੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਛੋੜਨਾ ਬੜਾ ਕਠਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[9] ਇਹ ਹਉਮੈ ਮਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣ ਬੈਠਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਰੇ ਬਿਨਾਂ ਮਨ ਜਿੱਤਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।[10]

ਮੇਰਾ ਮੇਰਾ ਕਰਦੇ ਪਚਿ ਮੁਏ ਹਉਮੈ ਕਰਤ ਵਿਹਾਇ ॥
ਮਨਮੁਖਾ ਉਰਵਾਰੁ ਨ ਪਾਰੁ ਹੈ ਅਧ ਵਿਚਿ ਰਹੇ ਲਪਟਾਇ ॥

(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1417)

---

1. ਪਰਾਇਆ ਛਿਦ੍ਰੁ ਅਟਕਲੈ ਆਪਣਾ ਅਹੰਕਾਰੁ ਵਧਾਵੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 366)*
2. ਹਉਮੈ ਗਰਬੈ ਗਰਬੁ ਆਪਿ ਖੁਆਈਐ ॥ *(ਆਸਾ ਕਾਫੀ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 369)*
3. ਅੰਤਰਿ ਮਮਤਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾਨਾ ਹਉਮੈ ਅਹੰਕਾਰੁ ਵਧਾਇਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 445)*
4. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਭੁ ਜਗੁ ਬਉਰਾਨਾ ॥ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਨਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
5. ਹਉ ਮੈ ਕਰੀ ਤਾਂ ਤੂ ਨਾਹੀ ਤੂ ਹੋਵਹਿ ਹਉ ਨਾਹਿ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1092)*
6. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
7. ਹਉਮੈ ਬੂਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੂਝੈ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
8. ਏਕੋ ਏਕੁ ਕਹੈ ਸਭੁ ਕੋਈ ਹਉਮੈ ਗਰਬੁ ਵਿਆਪੈ ॥ *(ਓਅੰਕਾਰੁ ਰਾਮਕਲੀ ਦਖਣੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 930)*
9. ਹੈ ਕੋਈ ਐਸਾ ਹਉਮੈ ਤੋਰੈ ॥ ਇਸੁ ਮੀਠੀ ਤੇ ਇਹੁ ਮਨੁ ਹੋਰੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 212)*
10. ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਨੁ ਜੀਤਾ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 946)*

6.5.2 ਹਉਮੈ - 2

ਹਉਮੈ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਏਡਾ ਉੱਚਾ ਰੌਲਾ ਉਤਪੰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਕਿ ਨੈਤਿਕ ਵਰਜਨਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ।

ਹਉਮੈ ਕਿੱਥੋਂ ਉਪਜਦੀ ਹੈ ? ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ ?[1] ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਬੜੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਹਉਮੈ ਵੀ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਆਪੇ ਰਚੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਬਿਧਾਤੇ ਨੇ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਰਚਨਾ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਵੀ ਉਸੇ ਨੇ ਰੱਖੀ ਹੈ।[2] ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਟਿਕਾ ਕੇ ਹੀ ਉਸ ਨੇ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਹਨ।[3] ਇਸ ਲਈ ਸਭ ਸਰੀਰਾਂ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ; ਸਗੋਂ, ਬਿਨਾਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਕੋਈ ਸਰੀਰ ਵੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।[4] ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਖੇਡ ਵਿਚ ਦੋ ਤਰਫ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਤਰਫ਼ਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਉਪਾਈਆਂ ਹਨ। ਸੋ ਹਉਮੈ ਵੀ ਉਸੇ ਦੀ ਉਪਾਈ ਹੋਈ ਹੈ।[5] ਹਉਮੈ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਹੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਸਭ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[6] ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜੀ ਤਰਫ਼ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੈ। ਜੀਆਂ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਰੱਖ ਕੇ, ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਪ ਹੋ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਪ ਗੁਪਤ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਆਪ ਵੀ ਉਥੇ ਹੀ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵ ਨੂੰ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਨੇ ਵਿਚ ਸੰਘਣਾ ਪਰਦਾ ਤਾਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[7] ਇਉਂ ਇਹ ਇਕ ਪਾਸੜ ਜਿਹੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਜੀਵ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਦਾ ਤਾਣ ਕੇ ਪਰਲੇ ਪਾਰੋਂ ਉਸ ਨਾਲ ਲੁੱਕਣ-ਮੀਚੀ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੀ ਧੂੜ ਚੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਦਿੱਸਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵੀ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ।[8] ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਮੁਸੀਬਤ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੁਸੀਬਤ ਕਰਤੇ ਨੇ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਲਾਈ ਹੈ।[9] ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ? ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰੇ ਦਾ ਰਾਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹੈ। ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਵਾਰਦਾ ਹੈ :

ਮਾਰੇਹਿਸੁ ਵੇ ਜਨ ਹਉਮੈ ਬਿਖਿਆ ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਣ ਨ ਦਿਤੀਆ ॥
ਦੇਹ ਕੰਚਨ ਵੇ ਵੰਨੀਆ ਇਨਿ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ਵਿਗੁਤੀਆ ॥
ਮੋਹੁ ਮਾਇਆ ਵੇ ਸਭ ਕਾਲਖਾ ਇਨਿ ਮਨਮੁਖਿ ਮੂੜਿ ਸਜੁਤੀਆ ॥
ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਉਬਰੇ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹਉਮੈ ਛੂਟੀਆ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 776)*

---

1. ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਊਪਜੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*
2. ਜਿਨਿ ਰਚਿ ਰਚਿਆ ਪੁਰਖਿ ਬਿਧਾਤੈ ਨਾਲੇ ਹਉਮੈ ਪਾਈ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 999)*
3. ਹਉਮੈ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
4. ਹਉਮੈ ਸਭੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ ਹਉਮੈ ਓਪਤਿ ਹੋਇ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
5. ਤੁਧੁ ਜਗ ਮਹਿ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਪਾਈਆ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਡਖਣੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1096)*
6. ਹਉਮੈ ਏਹੋ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*
7. ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1263)*
8. ਹਉਮੈ ਵਡਾ ਗੁਬਾਰੁ ਹੈ ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਬੁਝਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
9. ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1140)*

6.5.3 ਹਉਮੈ - 3

ਆਦਰਸ਼ ਵੀ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ
ਵਿਚ ਪੈਣ ਵਾਲੀ ਰੁਕਾਵਟ ਵੀ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਅੰਦਰ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਮੁਕਤੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੁਕਤੀ ਕਾਹਦੇ ਤੋਂ ? ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ! ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਨੇਕਾਂ ਬੰਧਨਾਂ ਦੀ ਦਾਸਤਾਨ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਗੁਰੂ ਵਰੋਸਾਏ ਨੂੰ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[1] ਬੰਧਨ ਸਰੀਰ ਦੇ, ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ, ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਦੇ, ਆਰਜਾ ਦੇ, ਮਾਇਆ ਦੇ, ਮਨ ਦੇ, ਹਉਮੈ ਦੇ, ਮੋਹ ਮਮਤਾ ਦੇ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ, ਧਰਮ ਕਰਮ ਦੇ, ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦੇ, ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ—ਕੋਈ ਅੰਤ ਹੈ ਬੰਧਨਾਂ ਦਾ ? ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਰਤਾਰ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਭੁਆਈਂ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[2] ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਆਪਣਾ ਹਾਣ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦਾ। ਲਾਹੇ ਵਾਸਤੇ ਸੁਸਤ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਾਣ ਵਾਸਤੇ ਉੱਠ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸੌਖਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ, ਪਰ ਪਾਪ ਕਮਾਉਣ ਵਿਚ ਉਹ ਮਸਰੂਫ਼ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[3] ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਕਾਰਨ ਜਮਾਂ ਦੇ ਬੂਹੇ ਉੱਤੇ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਟਿਕਾਣਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।[4] ਇਉਂ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਉਹ ਆਵਾਗਵਨ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[5] ਸਿੱਧਾਂ ਨਾਲ ਜਦ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਗੋਸ਼ਟਿ ਹੋਈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ, ਸਪਣੀ (ਮਾਇਆ) ਦਾ ਮੁੱਠਾ ਮਨੁੱਖ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ? ਕੀ ਕੁਝ ਉਹ ਗੁਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ? ਕਿਵੇਂ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਸੂੱਛ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ? ਤੇ ਫੇਰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੇਵੇ, ਉਹ ਸਾਡਾ ਗੁਰੂ ਹੋਵੇਗਾ।[6] ਤਦ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ :

ਦੁਰਮਤਿ ਬਾਧਾ ਸਰਪਨਿ ਖਾਧਾ॥ ਮਨਮੁਖਿ ਖੋਇਆ ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ॥
ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਅੰਧੇਰਾ ਜਾਇ॥ ਨਾਨਕ ਹਉਮੈ ਮੇਟਿ ਸਮਾਇ॥

(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 939)

ਹਉਮੈ ਸਭ ਬੰਧਨਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮੁੱਕ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਹਉਮੈ ਜਾਈ ਤਾ ਕੰਤ ਸਮਾਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 750)*

---

1. ਕੇਤੇ ਬੰਧਨ ਜੀਅ ਕੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਮੋਖ ਦੁਆਰ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 62)*
2. ਬੰਧਨ ਬੰਧਿ ਭਵਾਏ ਸੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 465)*
3. ਰੇ ਮੂੜੇ ਲਾਹੇ ਕਉ ਤੂੰ ਢੀਲਾ ਢੀਲਾ ਤੋਟੇ ਕਉ ਬੇਗਿ ਧਾਇਆ॥
   ਸਸਤ ਵਖਰੁ ਤੂੰ ਘਿੰਨਹਿ ਨਾਹੀ ਪਾਪੀ ਬਾਧਾ ਰੇਨਾਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 402)*
4. ਜਮ ਦਰਿ ਬਾਧਾ ਠਉਰ ਨ ਪਾਵੈ ਅਪੁਨਾ ਕੀਆ ਕਮਾਈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 596)*
5. ਬੰਧਨਿ ਬਾਧਿਆ ਆਵੈ ਜਾਇ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 903)*
6. ਕਿਉ ਕਰਿ ਬਾਧਾ ਸਰਪਨਿ ਖਾਧਾ॥
   ਕਿਉ ਕਰਿ ਖੋਇਆ ਕਿਉ ਕਰਿ ਲਾਧਾ॥
   ਕਿਉ ਕਰਿ ਨਿਰਮਲੁ ਕਿਉ ਕਰਿ ਅੰਧਿਆਰਾ॥
   ਇਹੁ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੈ ਸੁ ਗੁਰੂ ਹਮਾਰਾ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 939)*

6.5.4 ਹਉਮੈ - 4 (ਮੋਹ ਤੇ ਮਮਤਾ)

ਹਰ ਬੰਦਾ ਇਹੋ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਪਾਸ ਅਕਲ ਤਾਂ ਬਥੇਰੀ ਹੈ, ਸੰਪੱਤੀ ਦਾ ਹੀ ਘਾਟਾ ਹੈ। ਸੋ, ਉਹ ਹੋਰ ਸੰਪੱਤੀ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਅਕਲ ਵੀ ਗਹਿਣੇ ਰੱਖ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਇਹ ਮੰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਹੀ ਸਾਡੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ ਅਥਵਾ ਅਸਲੋਂ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਹੀ ਹਾਂ—ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਇਕ ਅਜੀਬ ਸਮੱਸਿਆ ਖੜੀ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਸਰੀਰ 'ਸਾਡਾ' ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਪਰ ਗ਼ਲਤ ਸੋਚਣੀ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਏਕੀਕਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਥੋਂ ਦੇਹ-ਅਧਿਆਸ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਦੇਹੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜੋੜ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਦੇਹੀ ਨੂੰ ਅਸੀਂ 'ਮੈਂ' ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਫਿਰ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਅੱਗੇ 'ਮਮਤਾ' ਤੁਰਦੀ ਹੈ। ਮਮਤਾ, ਮੇਰੇਪਨ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਵਸਤ ਨਾਲ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਜੋੜ ਦੇਈਏ, ਉਹ 'ਮੇਰੀ' ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਉਦਾਹਰਣ : ਇਹ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ ਹੈ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਮਕਾਨ ਹੈ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਦੇਸ ਹੈ। 'ਮੈਂ' ਨਾਲ ਵਸਤਾਂ ਦੇ ਏਕੀਕਰਨ ਤੋਂ ਮੋਹ ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

'ਮੋਹ' ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਤੋਂ ਆਇਆ ਤਦਸਮ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਤੈਹਾਂ ਹਨ : ਬੇ-ਧਿਆਨੀ, ਬੌਂਦਲਾਹਟ, ਭਰਮ-ਵਿਭਰਮ ਆਦਿ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਮਨ ਦਾ ਧੁੰਧਲਾਉਣਾ ਵੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਮਨ ਸੱਚ ਨੂੰ ਵੇਖਣ-ਪਰਖਣ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੋਹ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਅਰਥ ਹੈ ਪ੍ਰਪੰਚ ਨਾਲ ਲਗਾਓ, ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ। ਇਹ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵੀ ਬਣਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲੋਭੀ ਵੀ। ਲੋਭ ਤੇ ਮੋਹ ਦੋਵੇਂ ਬੜੀ ਥਾਈਂ ਇਕੱਠੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ—ਤੇ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਭਰਮ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

'ਬੋਧੀ ਦਰਸ਼ਨ' ਵਿਚ ਮੋਹ ਦੇ ਅਰਥ ਹਨ ਮੂੜ੍ਹਤਾ ਅਥਵਾ ਅਗਿਆਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ ਵਿਚਾਲੇ ਤਮੀਜ਼ ਕਰ ਸਕਣ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮੋਹ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਠਗਉਲੀ (ਠਗਮੂਰੀ—ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵਸਤ) ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਸਤੂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਤ ਨੂੰ ਗੰਧਲਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[2] ਮੋਹ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਮਿਠਾਸ ਦੀ ਮਗਨਤਾ ਬੰਧਨ ਪਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਫਸਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।[3]

ਇਹ ਮਿੱਠਾ ਮੋਹ ਵੀ, ਮਮਤਾ ਵੀ ਕਰਤੇ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਪਾਈ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਭੁਲਾਏ ਅਸੀਂ ਭਰਮ ਵਿਚ ਭੁੱਲੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[4] ਪਰ,

ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਤਾ ਏਹੁ ਮੋਹੁ ਜਾਇ॥ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹੈ ਸਮਾਇ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 356)

---

1. ਮਮਤਾ ਮੋਹੁ ਸੁ ਬੰਧਨਾ ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਸੁ ਧੰਧੁ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਹਾਗੜਾ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 551)*
2. ਮੋਹ ਠਗਉਲੀ ਹਉ ਮੁਈ ਸਾ ਵਰਤੈ ਸੰਸਾਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 61)*
3. ਮੋਹ ਮਗਨ ਮੀਠ ਜੋਨਿ ਫਾਸੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 251)*
4. ਮੂਲੁ ਮੋਹੁ ਕਰਿ ਕਰਤੈ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ॥
   ਮਮਤਾ ਲਾਇ ਭਰਮਿ ਭੋੁਲਾਇਆ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1128)*

6.5.5 ਹਉਮੈ - 5 (ਤੇ ਆਤਮਾ)

ਦੁਨਿਆਵੀ ਰੁਝਾਣ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰੁਚੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਂਭੇ ਕਰ ਦਿੰਦੇ, ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਉਠ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੋਰ ਦਾ ਹੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਸਤ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਭਾਸਦੀ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਸਤ ਹੈ ਪਰ ਭਾਸਦੀ ਨਹੀਂ। ਭਾਸਦੀ ਇਸ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਦੇ ਭਰਮ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਾ ਮੰਨਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਸਮਝਦੀ ਹੈ—"ਜੇ ਕੋਈ ਆਤਮਾ ਹੈ ਤਾਂ!" ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵੱਡਾ ਸਾਧਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੇਹ-ਅਭਿਮਾਨ ਦਾ ਵੱਡਾ ਭਰਮ ਹੰਢਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਮੰਗਤ ਹੈ। ਆਪ 'ਮੈਂ-ਮੈਂ' ਤੋਂ ਬਾਦ 'ਮੈਨੂੰ' ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਕੁਝ ਮੰਗਦੀ ਹੈ—"ਮੈਨੂੰ ਦਿਉ।" ਫਿਰ 'ਮੇਰਾ' ਬੋਲਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਕੜ ਕੇ ਬੈਠਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਇਹ ਮੰਗਤੀ ਲੈਣਾ ਹੀ ਜਾਣਦੀ ਹੈ, ਦੇਣਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦੇ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਮਾਂਗਵੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਸੂਰਬੀਰ ਵੀ, ਪੰਡਿਤ ਵੀ, ਤਪੱਸਵੀ ਵੀ, ਧਨੀ ਵੀ, ਰਾਜ ਨੇਤਾ ਵੀ, ਪਰ ਸਮਰਪਨ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਆਪਣੀ ਡਫਲੀ ਵਜਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਾਮਦ ਤੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਗਰਬ, ਗੁਮਾਨ, ਹੈਂਕੜ ਇਸ ਦੇ ਵਲੇਵੇਂ ਹਨ।

ਹਉਮੈ ਅਗਿਆਨ ਰੂਪ ਹੈ। ਅਗਿਆਨ ਕਾਰਨ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਅਨਜਾਣ ਹੈ—ਤਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀ ਆਤਮਾ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਅਗਿਆਨ ਦੂਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਬਚਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਤਦ ਕੇਵਲ ਆਤਮਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਅਗਿਆਨ ਦੂਰ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ? ਅਗਿਆਨ ਹਨੇਰਾ ਹੈ। ਹਨੇਰੇ ਨਾਲ ਲੜਿਆਂ ਝਗੜਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਕ ਦੀਵਾ ਬਾਲ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਹਨੇਰਾ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਆਤਮਾ ਹੈ ਕੀ ? ਆਤਮਾ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੈ। ਜੋ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਭ ਇਸ ਦਾ ਪਾਸਾਰ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ। ਪਾਸਾਰ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸੱਤਾ ਸਾਰੀ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਚੱਕਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਆਸਰੇ। ਚੱਕਾ ਤਾਂ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਅਹਿਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਤਮਾ ਵੀ ਅਹਿਲ ਹੈ, ਅਚੱਲ ਹੈ। ਚੱਕੇ ਦਾ ਆਕਾਰ ਹੈ, ਕੇਂਦਰ ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੈ। ਉਵੇਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਆਕਾਰ, ਪਰ ਆਤਮਾ ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੈ। ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਨਿਰਵਿਕਾਰ ਵੀ ਹੈ। ਚੱਕਾ ਟੁੱਟ ਵੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਕੇਂਦਰ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਹੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਫੈਲਾਓ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਇੱਕੋ ਹਨ।[1] ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਪਏ ਘੜੇ ਵਿਚ ਜੋ ਪਾਣੀ ਹੈ ਉਹ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਵੀ ਸਮੁੰਦਰ ਦਾ ਪਾਣੀ ਹੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਖਰੇ ਹੋਣ ਦਾ ਭਰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਘੜਾ ਫੁੱਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪਾਣੀ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਸਾਰੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਵੇਂ ਜਦ ਸਰੀਰ ਫੁੱਟਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਤਾਂ ਵਿਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਤਮਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[2]

---

1. ਆਤਮਾ ਪਰਾਤਮਾ ਏਕੋ ਕਰੈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 661)*
2. ਭ੍ਰਮ ਛੂਟੇ ਤੇ ਏਕੰਕਾਰ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 736)*

7.0 ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਤੇ ਆਚਾਰ

ਬੁੱਧੀ, ਇਰਾਦਾ, ਕਰਮ ਸਭ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਭਾਗ ਹਨ, ਪਰ ਆਚਰਣ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਹੱਤਤਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ ਭਾਗ ਕਲੰਕਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

7.1.1 ਵਿਅਕਤਿਤਵ - 1

ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜਿਊਣ-ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣ-ਅਉਗਣ ਇਸ ਦਾ ਭਾਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਤਕਰੀਬਨ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਅਗਾਊਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਚਲਨ ਕੈਸਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਪਾਸ ਕੁਝ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਉਤੇਜਨਾਵਾਂ ਤੇ ਲੋੜਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਜੇਕਰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਉਲਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਅਕਤਿਤਵ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ, ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪਰਿਣਾਮ ਦੀ ਦੇਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵੀ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਅੰਦਰਲੇ ਜੋ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਰ ਅਥਵਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਉੱਪਰ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਬਾਹਰਲੇ ਜੋ ਬਾਹਰ ਦੀ ਪਦਾਰਥਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਥਿਤੀ ਦੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀਆਂ ਮਜਬੂਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਉਪਜਦੇ ਹਨ।

ਇਉਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਉਸ ਦੇ ਨਿਜਤੱਵ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਪਰਸਪਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਮੂਰਤੀਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਅਵਸਥਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਚਾਲੇ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਟਿਕਾਊ ਮਨੌਤ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਭਾਗ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :

1. ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਦਿਖ; ਉਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਕੈਸਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
2. ਉਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣ, ਆਦਤਾਂ ਤੇ ਨਿੱਤ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ।
3. ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ-ਆਦਰਸ਼ ਤੇ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਵਚਨ-ਬੱਧਤਾ ਦੀ ਤਕੜਾਈ।

ਵਿਅਕਤਿਤਵ, ਕਿਉਂਕਿ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਟੇਢੀ ਜਿਊਣ-ਜੁਗਤਿ ਤੇ ਆਪਣੀ ਪਥ-ਭ੍ਰਸ਼ਟਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਸਹੀ ਤੇ ਵਿਪੱਥ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਪੱਕੀ ਹੱਦ-ਬੰਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਪਰ ਜਦ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਬਹੁਤਾ ਹੀ ਵਿਪੱਥ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਉਮੈ ਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਤਕ ਇਹ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਕਈ ਹੋਰ ਅਉਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਹੈ।[1]

---

1. ਹਉਮੈ ਬੂਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੂਝੈ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*

7.1.2 ਵਿਅਕਤਿਤਵ - 2

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਅੰਦਰਲੇ ਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਰੱਥ 'ਤੇ ਸਵਾਰ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕਾਇਆ ਦੀ ਰਸਾਇਣਕ ਕੀਮਤ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀ ਨਹੀਂ। ਜਦ ਮੈਂ ਛੋਟਾ ਸਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ 10 ਰੁਪਏ ਜਿਤਨੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉੱਨੀ ਸੌ ਸੱਠਵਿਆਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਾਢੇ ਤਿੰਨ ਸੌ ਰੁਪਏ ਦੇ ਲਗਭਗ ਹੋ ਗਈ। ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ 3-4 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਦੇ ਕਰੀਬ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਤੱਤ ਬੜੇ ਸਾਧਾਰਨ ਜਿਹੇ ਹਨ : ਪਾਣੀ ਕੋਈ 20-25 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ; ਚਰਬੀ, ਸਾਬਣ ਦੀਆਂ ਸੱਤ ਚਾਕੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਜੋਗੀ; ਕਾਰਬਨ ਕੋਈ 9000 ਪੈਂਸਲਾਂ ਦੇ ਸਿੱਕੇ ਘੜਨ ਜੋਗਾ; ਚੂਨਾ, ਕੁੱਕੜ ਦੇ ਦਰਬੇ ਦੀ ਕਲੀ ਕਰਨ ਜੋਗਾ; ਫ਼ਾਸਫ਼ੋਰਸ 220 ਦੀਵਾ ਸਲਾਈਆਂ ਜੋਗੀ; ਲੋਹਾ, ਦਰਮਿਆਨੇ ਮੇਚ ਦੀ ਮੇਖ਼ (ਕਿੱਲ) ਘੜਨ ਜੋਗਾ; ਤੇ ਗੰਧਕ ਕਿਸੇ ਕੁੱਤੇ ਦੇ ਚਿੱਚੜ ਝਾੜਨ ਜੋਗੀ।

ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਮਨੁੱਖੀ ਕਾਇਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਣੂਆਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂਆਂ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਦਾ ਭਾਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕਾਇਆ ਇਹ ਅਣੂ ਪਰਮਾਣੂ ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਸਾਗਰ ਵਿਚ ਵਹਿੰਦੀ ਰੌ, ਆਪਣੀ ਜਲ ਧਾਰਾ ਲਈ ਪਾਣੀ ਸਾਗਰ ਪਾਸੋਂ ਉਧਾਰਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਅਜੋਕੀ ਸਾਇੰਸ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਲਹਿਰ (ਰੌ) ਪਦਾਰਥਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਸਗੋਂ ਊਰਜਾ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਊਰਜਾ ਅਵਸਤੂ, ਅਭੌਤਿਕ ਅਥਵਾ ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ੂਕਦੀ ਹਵਾ (ਜਿਸ ਵਿਚ ਬੜੀ ਊਰਜਾ ਹੈ) ਕਣਕ ਦੇ ਖੇਤ ਥਾਣੀ ਗੁਜ਼ਰ ਤਾਂ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਕਣਕ ਦਾ ਇਕ ਦਾਣਾ ਵੀ ਉਡਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ।

ਫਿਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਹ ਕਾਇਆ ਆਖ਼ਰ ਕਾਸ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ? ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ, ਸੱਚ ਜਾਣੋ, ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੇ ਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਪੱਕੀ ਸਰਹੱਦ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਉੱਪਰ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਕਾਇਆ ਉਤਨੀ ਹੀ ਨਿਰਾਕਾਰ ਜਾਪਣ ਲੱਗੇਗੀ ਜਿਤਨੀ ਕੋਈ ਸੰਗੀਤਕ ਧਾਰਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਦਾ ਇਹ ਕੋਈ ਪਦਾਰਥਕ ਵਸਤੂ ਹੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਸਾਨੂੰ ਪਦਾਰਥਕ ਗੁਣਾਂ-ਅਉਗਣਾਂ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

7.1.2.1 ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ - 1

ਸਰੀਰਕ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਮਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੀ ਅਸੀਂ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਬਿਨਸਦਾ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦੇ ?

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਕੱਦ-ਕਾਠ, ਰੰਗ-ਰੂਪ, ਚਿਹਰਾ-ਮੁਹਰਾ ਆਦਿ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਸਿਰਜਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਨਕਸ਼ ਕੈਸੇ ਹਨ, ਕੇਸਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਕੈਸਾ ਹੈ, ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਡੀਲ-ਡੌਲ ਕੈਸੀ ਹੈ, ਆਦਿ ਉਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਹਿਰਨ, ਉਸ ਦਾ ਬਾਣਾ, ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਫ਼ੈਸ਼ਨ, ਕੋਈ ਉਚੇਚਾ ਭੇਖ, ਆਦਿ ਉਸ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਕੋਈ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਗਹਿਣੇ, ਕੱਜਲ, ਸੁਰਖ਼ੀ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਾਂ ਸਾਦਗੀ ਹੀ ਧਾਰਨ ਕਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ? ਪਰ ਚਾਹੇ ਜੈਸੀ ਵੀ ਕਾਇਆ ਹੋਵੇ ਤੇ ਜੈਸਾ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਚੀਰ ਹੋਵੇ, ਦੋਵੇਂ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਨਹੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸਲੀ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬਾਹਰਲਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਤਾਂ ਕੂੜਾ ਤੇ ਕੱਚਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[1]

ਉਸ ਦੀ ਆਯੂ ਕਿਤਨੀ ਕੁ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ? ਬੱਚਾ ਹੈ, ਨੌਜਵਾਨ ਹੈ, ਭਰ ਜਵਾਨ ਹੈ, ਅਧੇੜ ਉਮਰ ਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਬਿਰਧ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ? ਇਹ ਸਭ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹਰ ਬੰਦਾ (ਜੇ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਗੁਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ) ਤਾਂ ਬਿਰਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਬਿਰਧ ਬੰਦੇ ਦੇ,

ਪੁੰਡਰ ਕੇਸ ਕੁਸਮ ਤੇ ਧਉਲੇ ਸਪਤ ਪਾਤਾਲ ਕੀ ਬਾਣੀ॥
ਲੋਚਨ ਸ੍ਰਮਹਿ ਬੁਧਿ ਬਲ ਨਾਠੀ ਤਾ ਕਾਮੁ ਪਵਸਿ ਮਾਧਾਣੀ॥

(ਸ੍ਰੀਰਾਗ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)

ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹਰ ਸੂਰਤ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਨਿਗੂਣਾ ਭਾਗ ਹੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣ ਤੇ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਪਾਏ ਗਏ ਪਹਿਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਹੀ ਜਾਣੂ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਇਸ ਦੀ ਕਿਰਿਆਵੀ ਹੱਦ-ਬੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਤਾਂ ਕਾਇਆ ਵੀ ਕੂੜ ਹੈ, ਕਪੜੇ ਵੀ ਕੂੜ ਹਨ, ਸਰੀਰਕ ਸੁੰਦਰਤਾ ਵੀ ਕੂੜ ਹੈ।

ਇਹ ਕਾਇਆ ਅੰਤ ਛਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਖੇਹ-ਸੁਆਹ ਹੀ ਹਰ ਪਾਸੇ ਉੱਡਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[2] ਇਹੀ ਹਰ ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਅੰਤਮ ਪਰਿਣਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਆਦਰਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਇਉਂ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ॥
ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ॥
ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ॥

(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 922)

---

1. ਕਾਇਆ ਕਚੀ ਕਚਾ ਚੀਰੁ ਹੰਢਾਏ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 111)*
2. ਤੂੰ ਕਾਇਆ ਮੈ ਰੁਲਦੀ ਦੇਖੀ ਜਿਉ ਧਰ ਉਪਰਿ ਛਾਰੋ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 154)*

7.1.2.2 ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ - 2

ਧੇਲੇ ਦੀ ਕਾਇਆ ਕਰੋੜਾਂ ਦਾ ਮਾਣ।

ਸਰੀਰਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਉਮਰ ਨਾਲ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੱਚ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਪਹਰਿਆਂ' ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਨਿਰੂਪਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਹ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਗਰਭ ਵਿਚ ਪਏ ਭਰੂਣ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਬੱਚਾ, ਮਾਤਾ ਦੀ ਕੁੱਖ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਣੀ ਹਿਲਜੁਲ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਜਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਦਸ ਕੁ ਮਹੀਨੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਉਪਰਾਂਤ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 'ਨਾਮਰਜਾਦ' ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਬਹੁਤਾ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬਚਪਨ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਜੁਆਨੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਕਾਮ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਲਹਿਰਾਂ ਮਾਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਅਹੰਕਾਰ ਵੀ ਕਾਇਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਣੀ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦਾ।[3] ਅਗਿਆਨ ਵੱਸ ਬਾਹਲੀ ਬਿਖ ਹੀ ਵਿਹਾਜਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਕਾਮਾਤੁਰ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰੀ ਜੁਆਨੀ ਬਹੁਤਾ ਚਿਰ ਨਹੀਂ ਹੰਢਦੀ, ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਂਗ ਜਾਂ ਪੱਬਣ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਵਾਂਗ ਛੇਤੀ ਹੀ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਧਨੁ ਜੋਬਨੁ ਅਰੁ ਫੁਲੜਾ ਨਾਠੀਅੜੇ ਦਿਨ ਚਾਰਿ॥
ਪਬਣਿ ਕੇਰੇ ਪਤ ਜਿਉ ਢਲਿ ਢੁਲਿ ਜੁੰਮਣਹਾਰ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 23)*

ਤੀਜੇ ਪਹਰੇ ਵਿਚ, ਦੁਨਿਆਵੀ ਆਲ-ਜੰਜਾਲ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਦੇ ਧਉਲੇ ਆਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਜੋਬਨ ਜਾਂਦਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੁਢੇਪਾ ਤੁਰਿਆ ਆਉਂਦਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਮਰਾ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਘੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।[4]

ਚੌਥੇ ਪਹਰੇ ਵਿਚ ਬੁਢੇਪਾ ਡੱਟ ਕੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੇਸ ਛੇਤੀ ਛੇਤੀ ਧਉਲੇ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਨੇਤ੍ਰਾਂ 'ਚੋਂ ਦਿੱਸਣਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੰਨਾਂ 'ਚੋਂ ਸੁਣਨਾ। ਜ਼ਬਾਨ 'ਚੋਂ ਰਸ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੁੱਖ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਣ ਖਿਸਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਵਾਜ਼ ਇਤਨੀ ਮੱਧਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਸਤਵੇਂ ਪਾਤਾਲ 'ਚੋਂ ਆ ਰਹੀ ਹੋਵੇ।[5]

ਕਾਲ ਬੂਹੇ 'ਤੇ ਖਲੋਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਧੁੱਸ ਮਾਰ ਕੇ ਕਿਸ ਵੇਲੇ ਅੰਦਰ ਆ ਵੜਨਾ ਹੈ:

ਜਾ ਜਮਿ ਪਕੜਿ ਚਲਾਇਆ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਕਿਸੈ ਨ ਮਿਲਿਆ ਭੇਤੁ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 75)

---

1. ਪਹਿਲੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਧਰਿ ਪਾਇਤਾ ਉਦਰੈ ਮਾਹਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 77)*
2. ਨਾ ਮਰਜਾਦੁ ਆਇਆ ਕਲਿ ਭੀਤਰਿ ਬਾਹੁੜਿ ਜਾਸੀ ਨਾਗਾ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 74)*
3. ਦੂਜੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਭਰਿ ਜੁਆਨੀ ਲਹਰੀ ਦੇਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 77)*
4. ਤੀਜੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਸਰਿ ਹੰਸ ਉਲਥੜੇ ਆਇ॥
   ਜੋਬਨੁ ਘਟੈ ਜਰੂਆ ਜਿਣੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਆਵ ਘਟੈ ਦਿਨੁ ਜਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 75-76)*
5. ਚਉਥੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਬਿਰਧਿ ਭਇਆ ਤਨੁ ਖੀਣੁ॥
   ਅਖੀ ਅੰਧੁ ਨ ਦੀਸਈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਕੰਨੀ ਸੁਣੈ ਨ ਵੈਣ॥
   ਅਖੀ ਅੰਧੁ ਜੀਭ ਰਸੁ ਨਾਹੀ ਰਹੇ ਪਰਾਕਉ ਤਾਣਾ॥
   ਗੁਣ ਅੰਤਰਿ ਨਾਹੀ ਕਿਉ ਸੁਖੁ ਪਾਵੈ ਮਨਮੁਖ ਆਵਣ ਜਾਣਾ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 76)*

7.1.3 ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਦੋ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ—ਇਕ ਉਹ ਜੋ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਲਦਾ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਉਹ ਜੋ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੇਮਿਕਾ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਅੰਤਹਕਰਣਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਕਈ ਅੰਗ ਹਨ:

1. ਬੁੱਧੀ ਕੈਸੀ ਹੈ ?—ਮੰਦ ਹੈ, ਸਾਧਾਰਨ ਹੈ, ਤੀਖਣ ਹੈ, ਚਤੁਰ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਬੇਕਸ਼ੀਲ ਹੈ ?
2. ਕੰਮ ਵਿਚ ਕੈਸਾ ਹੈ ?—ਕੰਮ ਚੋਰ ਹੈ, ਆਲਸੀ ਹੈ, ਠੀਕ ਠੀਕ ਹੈ, ਕਾਹਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਚੁਸਤ ਹੈ ਜਾਂ ਕੰਮ ਦਾ ਨਸ਼ਈ ਹੈ ?
3. ਸੋਚ ਕੈਸੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ?—ਜੱਕੋਤੱਕੀਆਂ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਲਾਂਭ-ਚਾਂਭ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਸੋਚਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਧਾ ਸੋਚਦਾ ਹੈ, ਉੱਚੀ ਮਤ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕ ਵੀ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ?
4. ਸੁਭਾ ਦਾ ਕੈਸਾ ਹੈ ?—ਕੌੜਾ ਹੈ, ਫਿੱਕਾ ਤੇ ਬੇ-ਰਸ ਹੈ, ਸਾਧਾਰਨ ਹੈ, ਸੁਹਾਵਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਦਰਸ਼ਕ ਹੈ ?
5. ਭਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੈਸਾ ਹੈ ?—ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਤਬੀਅਤ ਹੈ, ਭਾਵ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮੱਧਮ ਹੈ, ਸਾਧਾਰਨ ਹੈ, ਭਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੀਖਣ ਹੈ, ਉਪਭਾਵੁਕ ਹੈ ਜਾਂ ਅਤਿ ਉਪਭਾਵੁਕ ਹੈ ?
6. ਮੇਲ-ਜੋਲ ਵਿਚ ਕੈਸਾ ਹੈ ?—ਘਿਨਾਉਣਾ ਹੈ, ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਹੈ, ਸਾਧਾਰਨ ਹੈ, ਦਿਲਚਸਪ ਹੈ ਜਾਂ ਸੁਹਾਉਣਾ ਹੈ ?

ਉਪਰੋਕਤ ਮੱਦ ਰਲ ਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਭਾਗ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਉਪਰ ਹੈ, ਪਰ ਮਾਇਆ ਇਸ ਦਾ ਵੀ ਨਾਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵਾਲੇ ਦੀ ਬੁਧਿ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਿਆਣਪ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਵਗੁਣ ਕਰਨਾ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ੇਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਐਸੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮਾਂ ਕਾਰਨ ਉਹ ਅੰਤ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।[1] ਐਸਾ ਮਨ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਭਰੇ ਕੁਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਥਿੰਧਿਆਈ ਨਾਲ ਲਿਬੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2] ਉਸ ਦੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਸ਼ਕਤਵਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਸ਼ਕਤੀਹੀਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ ਰਤਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[3] ਉਹ ਤਾਂ ਹਾਥੀ ਵਾਂਗ ਸ਼ਰਾਬੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਗੁਰੂ ਮਿਹਰ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਰੂਪ ਅੰਕਸ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਰਸਤੇ ਪਾ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੌਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।[4] ਪਰ ਸੌਰੀ ਹੋਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਾਲਾ ਮਨ ਜਦ ਪਰਮਾਤਮ-ਪਰਾਇਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।

---

1. ਬੁਧਿ ਵਿਸਰਜੀ ਗਈ ਸਿਆਣਪ ਕਰਿ ਅਵਗਣ ਪਛੁਤਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 76)*
2. ਅਹੰਬੁਧਿ ਮਨ ਪੂਰਿ ਥਿਧਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 200)*
3. ਇੰਦ੍ਰੀ ਸਬਲ ਨਿਬਲ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਪਰਮਾਰਥ ਪਰਵੇਸ ਨਹੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 658)*
4. ਮਨੁ ਮੈ ਮਤੁ ਮੈਗਲ ਮਿਕਦਾਰਾ॥ ਗੁਰੁ ਅੰਕਸੁ ਮਾਰਿ ਜੀਵਾਲਣਹਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*

7.1.4 ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ

ਸਰੀਰਕ ਜ਼ੋਰਾਵਰੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਖਲੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ।

ਜਦ ਵੀ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਕਰਮ ਬੀਜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਕਰਨ ਦਾ ਰੁਝਾਣ ਲੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਜਦ ਐਸਾ ਰੁਝਾਣ ਬੀਜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਕ ਆਦਤ ਲੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਜਦ ਆਦਤ ਬੀਜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਆਚਰਣ ਲੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਕਰਮ ਦੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਬੜੀ ਮਹੱਤਾ ਹੈ। ਕਰਮਾਂ ਸਦਕੇ ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੀ ਨਹੀਂ ਘੜਦੇ, ਆਚਰਣ ਵੀ ਸਿਰਜਦੇ ਹਾਂ।

ਸ਼ੁਭ ਆਚਰਣ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮ ਦੀ ਭੂਮੀ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਸ਼ੁਭ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਤਾਂ ਭਗਤੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।[1] ਜੇਕਰ ਕਰਮ ਭੈੜੇ ਹੋਣ ਅਥਵਾ ਮਨ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ 'ਤੇ, ਹਉਮੈ ਦੀ ਉਤੇਜਨਾ ਕਾਰਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨੂੰ ਮਨਮੁਖ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਸੰਕੇਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਬਣਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰਮੁਖਤਾ ਤੇ ਮਨਮੁਖਤਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਦੋ ਵਿਰੋਧੀ ਸਿਰੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਇਕ ਸਿਰੇ ਦੇ ਕਿਤਨਾ ਨੇੜੇ ਹੈ ਤੇ ਕਿਤਨਾ ਦੂਰ, ਉਸ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਦਸ਼ਾ ਨਿਸਚਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਧਿਆਤਮ ਦੇ ਰਸੀਏ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ :

ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਕਰੇ ਤਾ ਸਾਚਾ॥
ਮੁਕਤਿ ਭੇਦੁ ਕਿਆ ਜਾਣੈ ਕਾਚਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 223)*

ਅਧਿਆਤਮੀ ਪੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਦਿਨ ਰਾਤ ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਹੈ :

ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਕਰੇ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ॥
ਨਿਰਮਲ ਜੋਤਿ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜਾਤੀ॥
ਸਬਦੁ ਰਸਾਲੁ ਰਸਨ ਰਸਿ ਰਸਨਾ ਬੇਣੁ ਰਸਾਲੁ ਵਜਾਇਆ॥
(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1039)

ਇਉਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਉਸਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮੀ ਪੁਰਖ ਸੁਆਸ ਸੁਆਸ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਜਦ ਅਧਿਆਤਮਕ ਕਿਵਾੜ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜਿਗਿਆਸੂ ਬ੍ਰਹਮ-ਗਿਆਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਆਪਣਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੈਰੀ, ਕੋਈ ਬਿਗਾਨਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।[3] ਤਦੇ ਉਹ ਸਮਸਤ ਆਪਣਿਆਂ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਹਿਤ ਜਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਮਾਹ ਭਰਿਆ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)*
2. ਅਧਿਆਤਮੀ ਹਰਿ ਗੁਣ ਤਾਸੁ ਮਨਿ ਜਪਹਿ ਏਕੁ ਮੁਰਾਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨੇ 38-39)*
3. ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀ ਬਿਗਾਨਾ ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1299)*
4. ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 273)*

7.1.5 ਆਚਰਣਕ ਵਿਅਕਤਿਤਵ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ, ਆਚਰਣ ਹੈ।

ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਦੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਨੈਤਿਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਜੁੱਟ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨੈਤਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖਤਾ ਹੈ। ਦੋ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਲਉ। ਇਕ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਵੀ ਹੈ, ਮਿਹਨਤੀ ਵੀ ਹੈ, ਮਿਲਾਪੜਾ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਦਿਆਨਤਦਾਰ ਵੀ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਉਤਨਾ ਹੀ ਬੁੱਧੀਮਾਨ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਮਿਹਨਤੀ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਮਿਲਾਪੜਾ ਹੈ ਪਰ ਦਿਆਨਤਦਾਰ ਨਹੀਂ, ਧੋਖੇਬਾਜ਼ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਿਲੇ ਵਾਲੇ ਨਾਲੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਚੌਥਾ ਹਿੱਸਾ ਭਿੰਨ ਨਹੀਂ, ਸਾਰੇ ਦਾ ਸਾਰਾ ਭਿੰਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਵੀ, ਮਿਹਨਤ ਵੀ ਤੇ ਮਿਲਾਪੜਾ ਸੁਭਾ ਵੀ ਸਭ ਧੋਖਾਦੇਹੀ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਨੈਤਿਕ ਗੁਣ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਸੱਚ ਵੱਲ ਤੋਰਦੇ ਤੇ ਸਾਡੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਦੇ ਗੁਨਾ ਸਤਿ ਭੈਣ ਭਰਾਵ ਹੈ ਪਾਰੰਗਤਿ ਦਾਨੁ ਪੜੀਵਦੈ॥

(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਬਲਵੰਡਿ ਤਥਾ ਸਤੈ ਡੂਮਿ, ਪੰਨਾ 966)

ਉੱਤਮ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਲਈ ਬੰਦੇ ਦਾ ਨੇਕ ਚਾਲ-ਚਲਨ, ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ, ਸਦਗੁਣੀ ਵਿਹਾਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਰਲ ਕੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਉੱਤਮ ਵਿਚਾਰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੋਕਲਾ ਤੇ ਉੱਦਾਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਰੋਗ ਤੇ ਬਲਵੰਤ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਵਿਚਾਰ ਮਨ ਅੰਦਰ ਕਾਮ ਵਾਸ਼ਨਾ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਕ੍ਰੋਧ ਦੀ ਅਗਨ ਆਲੰਬਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਲਾਲਚ ਦੇ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਧਸਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਮੋਹ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਅੰਦਰ ਅਭਿਮਾਨ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚ ਕੇ ਰਹਿਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਸਲਾਹੁਣੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਉਗੁਣਾਂ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰਸਾਨੀ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦੀ ਆਚਰਣਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਬੋਲ ਮਧੁਰ ਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਦਗੁਣੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਦਿਲ ਮੋਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਐਸੇ ਸਦਗੁਣ, ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਉੱਪਰ ਚੱਲ ਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਕੋਈ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਰੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਚਰਣ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ[1] ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸੱਚ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

---

1. ਸਬਦਿ ਰਤੇ ਸੇ ਨਿਰਮਲੇ ਹਉ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੈ ਜਾਸੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 27)*
2. ਸਬਦੁ ਵਸੈ ਸਚੁ ਅੰਤਰਿ ਹੀਆ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 943)*

7.2 ਆਚਾਰ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਸੁੱਖ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ, ਸ਼ੁਭ ਆਚਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਆਚਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਰਹਿਣੀ ਬਹਿਣੀ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਰੁਚੀਆਂ ਤੇ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਆਦਿ, ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਉਸ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਉਸ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਤੇ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।[1] ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਕੇਵਲ ਸ਼ਕਲ ਕਰ ਕੇ ਸੁੰਦਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜੇ ਆਚਰਣ ਸੁੰਦਰ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਆਚਰਣ ਸੁੰਦਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ਕਲ ਜਿਹੋ ਜਿਹੀ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸੁੰਦਰ ਪਰਵਾਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕੁਝ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਆਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਵੀ; ਜੇ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤਦ ਵੀ, ਜੇ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਦ ਵੀ; ਜੇ ਕੇਵਲ ਸੌਂ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਆਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਚਾਰ ਦੀ ਸੀਮਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਮਜਬੂਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਲੰਘ ਸਕਣ ਤੋਂ ਹਰ ਬੰਦਾ ਕਾਸਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਆਚਾਰ ਇਕ ਦਰਪਨ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਉਸ ਦਾ ਆਪਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਚਾਰ ਕੇਵਲ ਰਹਿਣ ਸਹਿਣ, ਕੱਪੜੇ-ਬਸਤਰ, ਭੋਗ ਬਿਲਾਸ ਦੇ ਮਜਮੂਏ ਦਾ ਨਾਮ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਤੇ ਸੋਭਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਉੱਪਰ ਵੀ ਆਧਾਰਿਤ ਨਹੀਂ। ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਕਿਰਿਆਚਾਰੀ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਜੋੜ ਹੈ।[2] ਇਹੋ ਜੇਹੇ ਕਿਰਿਆਚਾਰੀ ਆਚਾਰ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।[3]

ਜਦ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਆਚਰਣ ਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਝੂਠੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ਾਮਦੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਮੈਲਾ ਆਚਾਰ ਨਸ਼ਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।[4]

ਸੁੱਚਾ ਆਚਾਰ ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਸੁੱਚਾ ਆਚਾਰ ਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਟਕਸਾਲੀ ਆਚਰਣ ਘੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[5] ਸਾਧੂ ਦੇ ਆਚਾਰ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[6] ਇਹੋ ਅੱਗੇ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਾਕਤ ਮਨਮੁਖ ਦੇ ਆਚਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਅੱਗੇ ਜਾਣ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[7]

---

1. ਕਾਪਰ ਪਹਿਰਹਿ ਭੋਗਹਿ ਭੋਗ॥ ਆਚਾਰ ਕਰਹਿ ਸੋਭਾ ਮਹਿ ਲੋਗ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 374)*
2. ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਿਰਿਆਚਾਰ ਵਧਾਏ ਮਨਿ ਪਾਖੰਡ ਕਰਮੁ ਕਪਟ ਲੋਭਈਆ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 837)*
3. ਆਚਾਰੀ ਨਹੀ ਜੀਤਿਆ ਜਾਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 355)*
4. ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਝੂਠਾ ਬਿਉਹਾਰੁ॥ ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਮੈਲਾ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1151)*
5. ਨਾਮੇ ਸੁਚਿ ਨਾਮੋ ਪੜਉ ਨਾਮੇ ਚਜੁ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 355)*
6. ਸ੍ਰਵਣੀ ਕੀਰਤਨੁ ਸਿਮਰਨੁ ਸੁਆਮੀ ਇਹੁ ਸਾਧ ਕੋ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਸਾਰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1222)*
7. ਸੋ ਕਿਛੁ ਕਰੈ ਜਿ ਸਾਥਿ ਨ ਚਾਲੈ ਇਹੁ ਸਾਕਤ ਕਾ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1200)*

7.2.1 ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਆਚਾਰ

ਆਚਰਣ ਓਦੋਂ ਢਲਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਸਤਿਤਵ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ।

ਵਿਚਾਰ ਤੁਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਫੁੱਟ ਕੇ ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮੰਡਰਾਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਜਾ ਦਾਖ਼ਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਸਰ ਦਿਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਚਾਰ ਉੱਪਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਚਾਰ ਪਰਾਤੇ ਵਿਚਾਰ ਧਾਰਨ ਕਰੀਏ।[1] ਬਹੁਤੇ ਵਿਚਾਰ ਸਭ ਅੰਨ੍ਹੀ ਕੱਚ-ਪਿੱਚ ਹਨ।[2] ਪਰ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕਿ ਕੱਚ-ਪਿੱਚ ਵਿਚ ਹੀ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੀ ਭੁੱਖ ਪਿਆਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆਂ ਚੁਗ਼ਲੀ ਵਿਚ। ਕਾਮ ਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਸਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ, ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਰੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਆਲ-ਜੰਜਾਲ 'ਚੋਂ ਕਿਵੇਂ ਨਿਕਲੀਏ ? ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੰਤੋਖ ਆਵੇ ? ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਦੁਨੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਉਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਉਰੀ ਹੋਈ ਉੱਤਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਉਗਮੇ ਹਨ।[3] ਉੱਤਮ ਵਿਚਾਰ ਕੇਵਲ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਦਾ ਭਲਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉੱਤਮ ਆਤਮਾਵਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਉੱਦਾਤ ਬੋਲਾਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਐਸੀਆਂ ਮਹਾਨ ਆਤਮਾਵਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੋਝੀ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਦਾਚਾਰਕ ਸੋਝੀ ਵੀ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਬਿਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਅਰਥ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ।[4] ਗੁਰੂ ਦੇ ਲੜ ਲੱਗੀਏ ਤਾਂ ਆਪਾ ਵਿਚਾਰਨ ਦੀ ਜਾਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਸਦਕੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾ ਹੀ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5] ਤਦ ਜਦ ਵਿਚਾਰ ਅੱਗੇ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪੇ ਦੀ ਥਾਂ ਹਰੀ ਅੰਦਰ ਰਵਿਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[6] ਤਦ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੋਂ ਗੁਮਾਨ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬ੍ਰਹਮ ਬੀਚਾਰ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਮਨ ਪਾਰਗਰਾਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

> **ਨਾਨਕੁ ਕਹਤੋ ਇਹੁ ਬੀਚਾਰਾ ਜਿ ਕਮਾਵੈ ਸੁ ਪਾਰ ਗਰਾਮੀ ॥**
> **ਗੁਰੁ ਸੇਵਹੁ ਅਰੁ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵਹੁ ਤਿਆਗਹੁ ਮਨਹੁ ਗੁਮਾਨੀ ॥**

(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 216)

---

1. ਕਰਿ ਬੀਚਾਰੁ ਆਚਾਰੁ ਪਰਾਤਾ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)*
2. ਹੋਰ ਕਚੀ ਮਤੀ ਕਚੁ ਪਿਚੁ ਅੰਧਿਆ ਅੰਧੁ ਬੀਚਾਰੁ ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1242)*
3. ਖੁਧਿਆ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਨਿੰਦਾ ਬੁਰੀ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਵਿਕਰਾਲੁ ॥
ਏਨੀ ਅਖੀ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ ਜਿਚਰੁ ਸਬਦਿ ਨ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ ॥
ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸੰਤੋਖੀਆਂ ਚੂਕੈ ਆਲ ਜੰਜਾਲੁ ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1279)*
4. ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਅਰਥੁ ਬੀਚਾਰੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥ *(ਗਉੜੀ ਦਖਣੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 154)*
5. ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਆਪੁ ਬੀਚਾਰੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਲਾਵਲ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 849)*
6. ਕਰਤ ਬੀਚਾਰੁ ਹਿਰਦੈ ਹਰਿ ਰਵਿਆ ਹਿਰਦੈ ਦੇਖਿ ਬੀਚਾਰਿਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 353)*

7.2.2 ਆਤਮ-ਬਲ

ਆਤਮ ਬਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਿਆਣਪ ਰਾਹ ਕੱਢ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਆਤਮ-ਬਲ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰੇਰਕ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਰੋਸਾਏ ਇਰਾਦੇ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਇਹ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ—ਮਤਿ, ਚਿਤ, ਪ੍ਰਤੱਖ-ਬੋਧ, ਬੁੱਧੀ, ਬਿਬੇਕ, ਅਨੁਮਾਨ ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਆਦਿ—ਇਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਆਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੁੱਚਾ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਤੇ ਸੁੱਘੜ ਹਾਜ਼ਰ-ਜਵਾਬੀ ਖ਼ਿਦਮਤ ਵਿਚ ਆ ਖਲੋਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਆਤਮ-ਬਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਰਮਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਕਿਸੇ ਪਾਸ ਕੋਈ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤਦ ਇਸ ਦੇ ਅੱਗੇ ਕੋਈ ਖਲੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਅਸਚਰਜ-ਜਨਕ ਕਰਾਮਾਤਾਂ ਸਾਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਇਹ ਮਲੀਨ ਜਾਂ ਨਿਰਬਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੰਦ-ਰੁਚੀਆਂ ਤੇ ਭੈੜੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਮਗਰ ਭਜਾਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਸੁਆਦਾਂ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਮੰਦੀਆਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਪਿੱਛੇ ਦੁੜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਮਗਰ ਭਟਕਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨੂੰ ਬਲਵਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਜਤਨ ਕਰੀਏ ਕਿ ਹਰ ਭਰਮਾਊ ਖਿੱਚ, ਹਰ ਉਕਸਾਊ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਹਰ ਭੈੜੇ ਬੋਲ ਨੂੰ ਲਗਾਮ ਦੇਈਏ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਰ ਸਾਊ ਅਭਿਲਾਖਾ, ਹਰ ਨਿਸ਼ਕਪਟ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਹਰ ਸ਼ਿਸ਼ਟ ਬੋਲ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਤ ਵੀ ਕਰੀਏ।

ਪਰ, ਮੁਸ਼ਕਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੂਰਖ ਮਨ, ਆਪਣੇ ਅਗਿਆਨ ਵੱਸ ਹੋਇਆ, ਇਸ ਪਾਸੇ ਤੁਰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਚੰਗੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਬੂਲਦਾ। ਜੇ ਸਮਝਾਉ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ।[1] ਕੁਮਤਿ ਮਗਰ ਹੀ ਲੱਗਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਅਵੈੜ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨੋਬਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ—ਭਾਵ ਇਸ ਦੀ ਅਵੈੜਤਾ ਨੂੰ ਸਾਧ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਰ ਵਾਫ਼ਰ ਭਟਕਣੀ, ਹਰ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਧੰਧੇ-ਧਾਉਣੀ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[3] ਪਰ ਮਨ ਵੱਸ ਵਿਚ ਆਵੇ ਕਿਵੇਂ ?

ਸਿਦਕ ਤੇ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਮਨ ਵੱਸ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਹੀ ਮਨੋਬਲ ਸ਼ਕਤਿਵਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਧਕ ਉਸ ਸਥਾਨ ਪੁਰ ਅਪੜਦਾ ਹੈ ਜਿਥੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਉਸ ਦੇ ਆਖੇ ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਤਦ ਮਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥੋਂ ਮੰਨਿਆ ਮਨ ਉਸ ਨੂੰ ਰਾਜਿਆਂ ਜਿਹਾ ਬਲਵਾਨ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਮਨ ਮੂਰਖ ਅਜਹੂ ਨਹ ਸਮਝਤ ਸਿਖ ਦੈ ਹਾਰਿਓ ਨੀਤ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 536)*
2. ਮਨ ਰੇ ਕਉਨੁ ਕੁਮਤਿ ਤੈ ਲੀਨੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 631)*
3. ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
4. ਮਨੁ ਰਾਜਾ ਮਨੁ ਮਨ ਤੇ ਮਾਨਿਆ ਮਨਸਾ ਮਨਹਿ ਸਮਾਈ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1125)*

8.0 ਮਨ ਦੇ ਵਿਕਾਰ

ਵਿਕਾਰ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਤਾਂ ਕੰਡੇ ਵਾਕਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬੋਹੜ ਜੇਡੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਗੁਜ਼ਰਦੇ ਹਨ।

ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਇਹ ਪੰਜ ਚੰਡਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਚੰਬੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।[1] ਇਹ ਵੈਰੀ ਸਾਡਾ ਅਮਨ-ਚੈਨ ਭੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਚੋਰ ਸਾਡਾ ਘਰ ਨਗਰ ਲੁੱਟਦੇ ਹਨ,[2] ਸਾਡਾ ਆਚਰਣ ਚੁਰਾ ਲਿਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ।[3] ਸਾਡੀ ਜਾਨ ਸੁਕਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ, ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਮੁਕਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਸਾਧ ਦੂਤ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ,[4] ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੜੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਨੂੰ ਖਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹਨੇਰ ਵਰਤਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਹਾਂ ਵੈਰੀ ਕਿਸੇ ਇਕ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਮੁਕਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[6] ਜਗਤ-ਸ਼ਤਰੂ ਹਨ। ਧਰਮ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰੀਏ, ਭਾਵੇਂ ਛੇ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ, ਭਾਵੇਂ ਯੋਗ ਦੇ ਆਸਣ ਸਾਧੀਏ, ਇਹਨਾਂ ਪੰਜ ਮਹਾਂ ਸ਼ਤਰੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਛੁਟਕਾਰਾ ਤਾਂ ਕੀ ਮਿਲਣਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਮਨ ਹੋਰ ਅਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਫੱਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7] ਕਦੇ ਧਿਆਨ ਲਾਈਏ, ਕੇਡੀ ਵੱਡੀ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਐਸੇ ਉਸਤਾਦ ਵੈਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਘਾਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੀ ਸੋਚੀਏ। ਇਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਜਿੱਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੀ ਅਸਲ ਜਿੱਤ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਹੀ ਇਹੋ ਹੈ। ਐਸੀ ਜਿੱਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਰਾਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਹੈ।

ਪੰਚ ਬਿਖਾਦੀ ਏਕੁ ਗਰੀਬਾ ਰਾਖਹੁ ਰਾਖਨਹਾਰੇ॥
ਖੇਦੁ ਕਰਹਿ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਸੰਤਾਵਹਿ ਆਇਓ ਸਰਨਿ ਤੁਹਾਰੇ॥

(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 205-06)

ਦੂਜਾ ਸਾਧਨ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਓਟ ਭਾਲਣਾ ਹੈ:

ਚਾਰਿ ਬਰਨ ਚਉਹਾ ਕੇ ਮਰਦਨ ਖਟੁ ਦਰਸਨ ਕਰ ਤਲੀ ਰੇ॥
ਸੁੰਦਰ ਸੁਘਰ ਸਰੂਪ ਸਿਆਨੇ ਪੰਚਹੁ ਹੀ ਮੋਹਿ ਛਲੀ ਰੇ॥
ਜਿਨਿ ਮਿਲਿ ਮਾਰੇ ਪੰਚ ਸੂਰਬੀਰ ਐਸੋ ਕਉਨੁ ਬਲੀ ਰੇ॥
ਜਿਨਿ ਪੰਚ ਮਾਰਿ ਬਿਦਾਰਿ ਗੁਦਾਰੇ ਸੋ ਪੂਰਾ ਇਹ ਕਲੀ ਰੇ॥
ਵਡੀ ਕੋਮ ਵਸਿ ਭਾਗਹਿ ਨਾਹੀ ਮੁਹਕਮ ਫਉਜ ਹਠਲੀ ਰੇ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਨਿ ਜਨਿ ਨਿਰਦਲਿਆ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਝਲੀ ਰੇ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 404)

---

1. ਪੰਚ ਚੰਡਾਲ ਨਾਲੇ ਲੈ ਆਇਆ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1348)*
2. ਪੰਚ ਚੋਰ ਮਿਲਿ ਲਾਗੇ ਨਗਰੀਆ ਰਾਮ ਨਾਮ ਧਨੁ ਹਿਰਿਆ॥ *(ਬਸੰਤ ਹਿੰਡੋਲ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1178)*
3. ਪੰਚ ਦੂਤ ਕਾਇਆ ਸੰਘਾਰਹਿ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1045)*
4. ਪੰਚ ਦੂਤ ਸੰਗਿ ਮਹਾ ਅਸਾਧ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 675)*
5. ਪੰਚ ਦੂਤ ਬਿਆਪਤ ਅੰਧਿਆਰ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)*
6. ਪੰਚ ਦੂਤ ਮੁਹਹਿ ਸੰਸਾਰਾ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 113)*
7. ਪਾਠੁ ਪੜਿਓ ਅਰੁ ਬੇਦੁ ਬੀਚਾਰਿਓ ਨਿਵਲਿ ਭੁਅੰਗਮ ਸਾਧੇ॥
   ਪੰਚ ਜਨਾ ਸਿਉ ਸੰਗੁ ਨ ਛੁਟਕਿਓ ਅਧਿਕ ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਾਧੇ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 641)*

8.1 ਕਾਮ

ਕਾਮ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਖਿੜੀਆਂ ਕਲੀਆਂ ਦੀ ਗਾਹਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
ਮੁਰਝਾਏ ਫੁੱਲਾਂ ਵੱਲ ਇਹ ਪਿੱਠ ਕਰ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ।

ਕਾਮ ਦੀ ਰੁਚੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਨਾ ਨੈਤਿਕ ਹੈ ਨਾ ਅਨੈਤਿਕ। ਕਾਮੁਕ ਵਿਵਹਾਰ ਹੀ ਨੈਤਿਕ ਜਾਂ ਅਨੈਤਿਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਮੁਹੱਬਤ ਨਾਲ ਬੱਝਾ ਤੇ ਸਾਦਕੀ ਨਾਲ ਸੰਵਾਰਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਰਤੇ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਇਹ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਵੱਲ ਸਾਦਕੀ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਰਤੇ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਅਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਸੁੱਚੇ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਰਬੋਤਮ ਮੰਨਿਆ ਹੈ।[1]

ਕਾਮ ਦਾ ਅਸਲ ਮੰਤਵ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਮੰਤਵ ਨਹੀਂ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਪਰ, ਇਸ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਹੋਰ ਭੁੱਖਾਂ, ਲੋੜ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਪਰ ਇਹ ਕਾਮ ਦੀ ਭੁੱਖ ਤਾਂ ਜੀਵ ਨੂੰ ਕਾਮਾਤੁਰ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ 'ਤੇ ਕੋਈ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਬੰਦਾ ਜਦ ਚਾਹੇ ਇਸ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਦਸਾਂ ਕੁ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਉਹ ਪੂਰਾ ਪਿੰਡ ਵਸਾਉਣ ਜੋਗੀ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਵੇ। ਇਉਂ ਇਹ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਮੰਤਵ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਹੀ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।[2]

ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਵੇਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਿਚ ਬੇਇਹਤਿਆਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗੰਦ-ਬਲਾ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਕਾਮੁਕ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਬੇਇਹਤਿਆਤੀ ਵਰਤਦੇ ਤੇ ਥਾਂ ਕੁਥਾਂ ਸੋਚੇ ਬਿਨਾਂ ਇਸ ਦਾ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਕਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਦੇ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਦੇ ਕਈ ਭ੍ਰਸ਼ਟ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵੀ ਭਿਆਨਕ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕਠਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਾਮ ਪੁਰ ਸੰਜਮ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਹੀ ਨਰਕ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[3]

---

1. ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਐਸੀ ਵਡਿਆਈ॥ ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਵਿਚੇ ਗਤਿ ਪਾਈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 661)*
2. ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਸੰਗਤਿ ਦੁਰਜਨ ਕੀ ਤਾ ਤੇ ਅਹਿਨਿਸਿ ਭਾਗਉ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 219)*
3. ਹੇ ਕਾਮੰ ਨਰਕ ਬਿਸ੍ਰਾਮੰ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਭ੍ਰਮਾਵਣਹ॥ *(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1358)*

8.2 ਕ੍ਰੋਧ

ਕ੍ਰੋਧ ਕਰਨਾ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਅੱਗ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਤਨੀ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਜਲਾਂਦੀ ਜਿਤਨੀ ਜਲਦੀ ਕ੍ਰੋਧ ਜਲਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕ੍ਰੋਧ ਇਕ ਦੁਖਦਾਇਕ ਮਨੋਭਾਵ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਅਗਨੀ ਹੈ ਜੋ ਬਾਲਦੇ ਅਸੀਂ ਹੋਰਾਂ ਲਈ ਹਾਂ, ਪਰ, ਉਸ ਵਿਚ ਜਲਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪ ਹਾਂ। ਬਦਲਾ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਲੈਂਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹਾਂ। ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੋਈ ਅਗਨ ਭਸਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਗੀਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕ੍ਰੋਧ ਤੋਂ ਸੰਮੋਹਨ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਸੰਮੋਹਨ ਤੋਂ ਸਿਮਰਿਤੀ ਹੜਬੜਾਉਂਦੀ ਹੈ; ਇਸ ਹੜਬੜਾਹਟ ਤੋਂ ਬੁੱਧੀ ਨਾਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਵਿਨਾਸ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਪ੍ਰਣਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (2:63)। ਇਸੇ ਨੂੰ ਨਰਕ ਦੁਆਰ ਵੀ ਆਖਿਆ ਹੈ (16:21)। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਹ ਚਾਰ ਵੱਡੀਆਂ ਅਗਨੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ।[1]

ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਇਕ ਵਿਚ੍ਰਿਤ ਅਲੰਕਾਰ ਨਾਲ ਇਸ ਬੁਰਿਆਈ ਦੇ ਚਲਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕ੍ਰੋਧ ਇਕ ਕਟੋਰੀ ਹੈ ਜੋ ਮੋਹ ਨੇ ਭਰੀ ਹੈ ਕਾਮ ਦੇ ਮਦ ਨਾਲ; ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰ ਭਰ ਕੇ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਵਾ ਹੈ। ਮਹਿਫ਼ਲ ਕੂੜੇ ਲਾਲਚ ਦੀ ਹੈ ਤੇ ਲੋਕਾਈ ਪੀ ਪੀ ਕੇ ਖ਼ੁਆਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।[2] ਅਰਥਾਤ ਕ੍ਰੋਧ ਉਹ ਭਾਂਡਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਹੋਰ ਸਭ ਪਾਪ ਕਰਮ ਸੰਬੰਧਤ ਹਨ।

ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਅਤਿ ਲੜਾਕਾ ਕ੍ਰੋਧ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੋਇਆ ਖਲੋਤਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ, ਆਕੀ ਰਾਜਾ ਬਣਿਆ ਖੜਾ ਹੈ।[3]

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਅਨੁਸਾਰ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਰਬ ਨਾਸ਼ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[4] ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਨੂੰ ਝਗੜੇ ਦਾ ਮੂਲ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਅੰਦਰ ਦਇਆ ਕਦੇ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[5] ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਨੂੰ ਬੜਾ ਬੇਕਾਬੂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਕ੍ਰੋਧ ਨੂੰ ਚੰਡਾਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਹਟਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਇਹ ਚੰਡਾਲ ਬਿਰਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।[6]

ਕ੍ਰੋਧ ਦੇ ਉਲਟ ਸੀਲ ਸੁਭਾਓ ਹੈ ਜੋ ਗੁਰੂ ਆਸਰੇ, ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ, ਨਾਮ ਦੀ ਕਮਾਈ ਨਾਲ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤਿਆਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਕ੍ਰੋਧ ਦਾ ਨਿਵਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਹੰਸੁ ਹੇਤੁ ਲੋਭੁ ਕੋਪੁ ਚਾਰੇ ਨਦੀਆ ਅਗਿ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 147)*
2. ਕਲਿ ਕਲਵਾਲੀ ਕਾਮੁ ਮਦੁ ਮਨੂਆ ਪੀਵਣਹਾਰੁ॥
   ਕ੍ਰੋਧ ਕਟੋਰੀ ਮੋਹਿ ਭਰੀ ਪੀਲਾਵਾ ਅਹੰਕਾਰੁ॥
   ਮਜਲਸ ਕੂੜੇ ਲਬ ਕੀ ਪੀ ਪੀ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੪, ਸਲੋਕ ਮਰਦਾਨਾ ੧, ਪੰਨਾ 553)*
3. ਕਾਮੁ ਕਿਵਾਰੀ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਦਰਵਾਨੀ ਪਾਪੁ ਪੁੰਨੁ ਦਰਵਾਜਾ॥
   ਕ੍ਰੋਧੁ ਪ੍ਰਧਾਨੁ ਮਹਾ ਬਡ ਦੁੰਦਰ ਤਹ ਮਨੁ ਮਾਵਾਸੀ ਰਾਜਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1161)*
4. ਕ੍ਰੋਧੁ ਬਿਨਾਸੈ ਸਗਲ ਵਿਕਾਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 225)*
5. ਹੇ ਕਲਿ ਮੂਲ ਕ੍ਰੋਧੰ ਕਦੰਚ ਕਰੁਣਾ ਨ ਉਪਰਜਤੇ॥ *(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1358)*
6. ਓਨਾ ਪਾਸਿ ਦੁਆਸਿ ਨ ਭਿਟੀਐ ਜਿਨ ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਚੰਡਾਲ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 40)*

8.3 ਲੋਭ

ਉਹ ਬੰਦਾ ਗ਼ਰੀਬ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਦੇ ਹੱਥ ਪੱਲੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।
ਗ਼ਰੀਬ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਲੋਭ ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

'ਲੋਭ' ਧਨ ਸੰਪੱਤੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਤੀਬਰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਮੁੱਢ ਇਸ ਦਾ ਇਸ ਅਚੇਤ ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਬੱਝਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਜੇ ਕਿਤੇ ਥੁੜ ਵਾਪਰ ਗਈ ਤਾਂ ਕੀ ਬਣੇਗਾ ?" ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਹਿੱਤ ਮਨੁੱਖ ਧਨ-ਸੰਪੱਤੀ ਜੋੜਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਧਨ ਜੋੜਨ ਲਈ, ਫਿਰ ਕੀ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ? ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਝਗੜੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰਾਏ ਹੱਕ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਕੂੜ ਕੁਸੱਤ ਬੋਲਦਾ ਹੈ, ਠੱਗੀ ਚੋਰੀ ਤੋਂ ਵੀ ਪਰਹੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਉਂ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਵੀ ਰੋਲਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[1]

ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਜਿਸ ਪਾਸ ਬਹੁਤੀ ਮਾਇਆ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦਾ ਵੱਡ ਪ੍ਰਤਾਪ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਨਾਮਣੇ ਦੀ ਭੁੱਖ ਦਾ ਚਉਬਾਰਾ ਉਸਰ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮਨੁੱਖ ਮਾਇਆ ਦਾ ਦੀਵਾਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲਬ-ਲੋਭ ਦਾ ਪੱਕਾ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਮਾਇਆ ਕਰਕੇ ਅਹੰਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਵੱਡੇ ਧਨਵਾਨ ਰਾਜੇ ਵਡਹੰਕਾਰੀ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[3] ਮਾਇਆਵੀ ਲੋਭ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧਦਾ ਹੈ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਲੋਭੀ ਹੋਰ ਡੂੰਘੇ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਧੱਸਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਭ ਨਾਲ ਕਮਾਈ ਮਾਇਆ ਪਾਪਾਂ ਬਿਨਾਂ ਇਕੱਠੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਨਾਲ ਤਾਂ ਜਾਂਦੀ ਨਹੀਂ।[4] ਲੋਭੀ ਇਸ ਨੂੰ ਇਥੇ ਹੀ ਛੱਡ ਜਾਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5] ਇਉਂ ਲੋਭੀ ਜਿਊੜਾ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਵੇਗਾਰ ਕੱਢਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਲੋਭੀ ਪੁਰਸ਼ ਧਨ ਇਕੱਠਾ ਕਰ, ਆਪਣੇ ਲਈ ਸੁਹਣੇ ਚਿਤਰੇ ਮਹਿਲ ਉਸਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਆਰਾਮ ਆਪਣੇ ਲਈ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਛੱਤੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਭੋਜਨ ਛਕਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਸੀਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਵੇਖਦਾ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੀ ਮਾਇਆ ਦੁੱਖ ਹੀ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਜਿਵੇਂ ਬਾਂਦਰ ਮੁੱਠ ਛੋਲਿਆਂ ਦੀ ਛੱਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

ਅੰਤ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਜਮਕਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਆ ਪਕੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਲੋਭੀ ਮਨੁੱਖ ਸੁਰਤਿ-ਵਿਹੂਣਾ ਹੋਇਆ, ਖ਼ਾਲੀ ਹੱਥ ਕਾਲ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7]

---

1. ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਮੁਚੁ ਕੂੜੁ ਕਮਾਵਹਿ ਬਹੁਤੁ ਉਠਾਵਹਿ ਭਾਰੋ॥
   ਤੂੰ ਕਾਇਆ ਮੈ ਰੁਲਦੀ ਦੇਖੀ ਜਿਉ ਧਰ ਉਪਰਿ ਛਾਰੋ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 154)*
2. ਮਾਇਆ ਕੇ ਦੇਵਾਨੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਝੂਠਿ ਠਗਉਰੀ ਪਾਈ॥
   ਲਬਿ ਲੋਭਿ ਮੁਹਤਾਜਿ ਵਿਗੂਤੇ ਇਬ ਤਬ ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਈ॥ *(ਦਖਣੀ ਓਅੰਕਾਰ, ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 930)*
3. ਮਾਇਆ ਸੰਚਿ ਰਾਜੇ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਬਿਭਾਸ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1342)*
4. ਪਾਪਾ ਬਾਝਹੁ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਮੁਇਆ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 417)*
5. ਬਿਖਿਆ ਕੈ ਧਨਿ ਸਦਾ ਦੁਖੁ ਹੋਇ॥ ਨਾ ਸਾਥਿ ਜਾਇ ਨ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 665)*
6. ਜਿਉ ਕਪਿ ਕੇ ਕਰ ਮੁਸਟਿ ਚਨਨ ਕੀ ਲੁਬਧਿ ਨ ਤਿਆਗੁ ਦਇਓ॥
   ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਕੀਏ ਲਾਲਚ ਸਿਉ ਤੇ ਫਿਰਿ ਗਰਹਿ ਪਰਿਓ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 336)*
7. ਲਾਲਚਿ ਲਾਗੈ ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰਿਓ ਆਵਤ ਜਾਵਤ ਜਨਮੁ ਗਇਆ॥
   ਜਾ ਜਮੁ ਧਾਇ ਕੇਸ ਗਹਿ ਮਾਰੈ ਸੁਰਤਿ ਨਹੀ ਮੁਖਿ ਕਾਲ ਗਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 906)*

8.4 ਮੋਹ

ਮੋਹ ਦੇ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਫੱਸਣਾ ਸੌਖਾ, ਨਿਕਲਣਾ ਔਖਾ।

ਮੋਹ ਦੇ ਕਈ ਅਰਥ ਹਨ : (1) ਬੇਹੋਸ਼ੀ, (2) ਅਗਿਆਨ, (3) ਸਨੇਹ, (4) ਭਰਮ ਭੁਲੇਖਾ। ਇਹ ਚਾਰੇ ਅਰਥ ਮੋਹ ਪਦ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਮੋਹ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਉਹੀ ਬ੍ਰਿਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਉਹ ਮਾਇਆ ਤੇ ਮਾਇਆਵੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਮੰਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭੋਗਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਮਾਇਆ ਬੜੀ ਮੋਹਣੀ ਹੈ, ਉਹ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚਦੀ ਹੈ।[1] ਮਾਇਆ ਆਪ ਭਰਮ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮਾਇਆ ਵੱਲ ਖਿਚੀਂਦੇ ਜੀਵ ਵੀ ਭਰਮ ਹੀ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹਨ[2] ਤੇ ਮੋਹ ਵੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਭਰਮ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।[3] ਇਹ ਕਰਮ ਆਪ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਹੀ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਇਆ ਹੈ।[4] ਇਹ ਚਿੱਕੜ ਵਾਂਗ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਫਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 12)

ਇਸ ਚਿੱਕੜ ਦੀ ਫਾਸ ਬੜੀ ਤੀਖਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5] ਬੇਅੰਤ ਲੋਕ ਇਸ ਦੇ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਫਸੇ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮੋਹ ਮੇਰ-ਪੁਣੇ, ਅਥਵਾ ਮਮਤਾ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਸਤ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਣੀ ਮੇਰੀ ਆਖਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਦੀ ਖਿੱਚ (ਮੋਹ) ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[6] ਇਹ ਖਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਮਾਇਆਵੀ ਵਸਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ—ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਮੇਰੇ ਧੀ-ਪੁੱਤ, ਮੇਰੇ ਸਾਕ-ਸੰਬੰਧੀ, ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ, ਮੇਰੇ ਦੋਸਤ-ਮਿੱਤਰ[7] ਆਦਿ। ਉਹਨਾਂ ਧੰਧਿਆਂ, ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਮੋਹ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਖਚਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੇਰਾ ਕਾਰੋਬਾਰ, ਮੇਰੀ ਨੌਕਰੀ, ਮੇਰੀ ਬਾਦਸ਼ਾਹਤ ਆਦਿ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਜੰਜਾਲ ਮੋਹ ਦੇ ਹਨ।[8]

ਮੋਹ ਜੇ ਮੇਰ-ਪੁਣੇ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੇਰ-ਪੁਣਾ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। 'ਮੈਂ' ਅਥਵਾ 'ਹਉਮੈ' ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੋਹ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜੇਕਰ ਆਪੇ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨਾ ਮਾਇਆ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਨਾ ਮੋਹ।[9] ਪਰ ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਕਾਇਮ ਹੈ ਤਦ ਤਕ :

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*

ਜਦ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਦ ਸੰਸਾਰਿਕ ਧੰਧਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਚਿਤ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਮੋਹ ਦੀ ਪਕੜ ਢਿੱਲੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

---

1. ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਮਨਿ ਆਗਲੜਾ ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਰਾ ਮਰਣੁ ਭਉ ਵਿਸਰਿ ਗਇਆ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ, ਪੰਨਾ 92)*
2. ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥ *(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 918)*
3. ਮੋਹ ਭਰਮਿ ਬਹੁ ਜੋਨਿ ਭਵਾਇਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 388)*
4. ਆਪੇ ਮੋਹੁ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 125)*
5. .....ਅਤਿ ਤੀਖ੍ਣ ਮੋਹ ਕੀ ਫਾਸ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 204)*
6. ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਜਗਤੁ ਸਬਾਇਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 129)*
7. ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਸੁਤ ਨੇਹੁ ਘਨੇਰਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਸਬਾਈ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 75)*
8. ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਸਰਬ ਜੰਜਾਲਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 222)*
9. ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਮੁਆ ਤਿਥੈ ਮੋਹੁ ਨ ਮਾਇਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 121)*

8.5.1 ਅਹੰਕਾਰ - 1

ਸਭ ਲੋਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਪੁਤਲੇ ਹਨ;
ਪਰ ਅਹੰਕਾਰੀ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਨਹਿਰੀ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਪੁਤਲਾ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ, ਅਹਿਕਰਣ, ਅਭਿਮਾਨ, ਘੁਮੰਡ ਸਭ ਸਮ-ਅਰਥੇ ਸ਼ਬਦ ਹਨ। ਜਗਤ ਦੇ ਮਾਇਆਵੀ ਰਾਹ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟਾਕਰੇ ਤੁੱਛ ਤੇ ਹੀਣਾ ਸਮਝਣਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ।[1] ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਨ ਦਾ ਗਰਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੁਆਨੀ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਵਡਿਆਈ ਦੇ ਨਾਮਣੇ ਦਾ।[2] ਕੋਈ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅਹੰਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉੱਚੀ ਕੁਲ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ, ਜਾਂ ਉਸ ਨੇ ਬੜੀ ਵਿੱਦਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੜਾ ਕਵੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਹ ਜੋਗ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਨਿਪੁੰਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਬੜਾ ਗਿਆਨਵਾਨ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੜਾ ਦਾਨੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਸੂਰਬੀਰ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਅਹੰਕਾਰ ਵਾਲੀ ਬੁੱਧੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।[3] ਇਉਂ ਜਦੋਂ ਮਾਇਆਵੀ ਬਿਰਤੀ ਸੰਘਣੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਦੀਰਘ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4]

ਪਰ ਕੁਝ ਐਸੇ ਲੋਕ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਬੜੇ ਗੁਮਾਨੀ ਹਨ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਅਸਲੋਂ ਢੱਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਇਕਨਾ ਨਾਦ ਨ ਬੇਦ ਨ ਗੀਅ ਰਸੁ ਰਸ ਕਸ ਨ ਜਾਣੰਤਿ॥
ਇਕਨਾ ਸੁਧਿ ਨ ਬੁਧਿ ਨ ਅਕਲਿ ਸਰ ਅਖਰ ਕਾ ਭੇਉ ਨ ਲਹੰਤਿ॥
ਨਾਨਕ ਸੇ ਨਰ ਅਸਲਿ ਖਰ ਜਿ ਬਿਨੁ ਗੁਣ ਗਰਬੁ ਕਰੰਤਿ॥

(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1246)

ਪਰ ਜੋ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਮਾਇਆਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਦਾ ਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਇਹ ਸਭ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਹਨ। ਜਵਾਨੀ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,[5] ਦੌਲਤ ਖਿਸਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਹਰਹਾਲ ਸਭ ਦੀਆਂ ਸਭ ਮਾਇਆਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ, ਕੀ ਪੰਡਤਾਈ, ਕੀ ਸੂਰਮਗਤੀ, ਕੀ ਗਿਆਨਵਾਨਤਾ, ਕੀ ਦਾਨਵੀਰਤਾ, ਸਭ ਇਥੇ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।[6] ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਅਹੰਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਧਾਰਮਿਕ ਕਰਮ ਤਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਵਰਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਦਾਨ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਕਰਮਾਂ ਕਰ ਕੇ ਅਹੰਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫਲ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਜਾਣੋ ਕਿ ਅਹੰਕਾਰ ਭਵਖੰਡਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ:

ਅਹੰਕਾਰ ਨਿਵਾਰਣੁ ਹੈ ਭਵ ਖੰਡਨੁ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1083)*

---

1. ਆਪਸ ਕਉ ਦੀਰਘੁ ਕਰਿ ਜਾਨੈ ਅਉਰਨ ਕਉ ਲਗ ਮਾਤ॥ *(ਮਾਰੂ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1105)*
2. ਫਰੀਦਾ ਗਰਬੁ ਜਿਨ੍ਾ ਵਡਿਆਈਆ ਧਨਿ ਜੋਬਨਿ ਆਗਾਹ॥ *(ਫਰੀਦ ਸਲੋਕ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1383)*
3. ਹਮ ਬਡ ਕਬਿ ਕੁਲੀਨ ਹਮ ਪੰਡਿਤ ਹਮ ਜੋਗੀ ਸੰਨਿਆਸੀ॥
   ਗਿਆਨੀ ਗੁਨੀ ਸੂਰ ਹਮ ਦਾਤੇ ਇਹ ਬੁਧਿ ਕਬਹਿ ਨ ਨਾਸੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 974)*
4. ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਹੁ ਸਘਨ ਮਾਇਆ ਮਹਾ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 502)*
5. ਕਬੀਰ ਗਰਬੁ ਨ ਕੀਜੀਐ ਦੇਹੀ ਦੇਖਿ ਸੁਰੰਗ॥
   ਆਜੁ ਕਾਲਿ੍ ਤਜਿ ਜਾਹੁਗੇ ਜਿਉ ਕਾਂਚੁਰੀ ਭੁਯੰਗ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1366)*
6. ਤੂ ਕਾਂਇ ਗਰਬਹਿ ਬਾਵਲੀ॥
   ਜੈਸੇ ਭਾਦਉ ਖੂੰਬਰਾਜੁ ਤੂ ਤਿਸ ਤੇ ਖਰੀ ਉਤਾਵਲੀ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 1196)*

8.5.2 ਅਹੰਕਾਰ - 2

ਅਹੰਕਾਰੀ ਬੰਦਾ ਜੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ
ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੱਟ ਮਾਰੀ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ ਬੜਾ ਪ੍ਰਬਲ ਵਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਦਰ ਬੜਾ ਵਿਚਿਤ੍ਰ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਆਪ ਜੇਡਾ ਵੱਡਾ ਅਹੰਕਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਵੱਧ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਨਿੰਦਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸ ਕੱਢਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਛਿਦ੍ਰ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿੱਸਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ।[1] ਉਹ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਟਿੱਚ ਕਰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।[2] ਜੇ ਕੋਈ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਨੁਕਸ ਦੱਸੇ ਤਾਂ ਬੇਹੱਦ ਬੁਰਾ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਵਿਖਾਵਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਜਰਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਅਹੰਕਾਰੀ ਤਾਂ ਸਦਾ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਆਣ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਭਨਾਂ ਤੋਂ ਵਡੇਰਾ, ਚੰਗੇਰਾ ਤੇ ਸੁਚੇਰਾ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਜਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀਣਾ ਵੇਖਣਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਐਸਾ ਇਕਤਰਫ਼ਾ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਨਜ਼ਰੀਆ ਉਸ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਬਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਅਹੰਕਾਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਪਛਾਣਨ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਹਰਨਾਕਸ਼ ਵਾਂਗ ਰੱਬ ਨੂੰ ਵੀ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣੋਂ ਨਹੀਂ ਟਲਦਾ। ਉਸ ਦੀ ਨਿਗਾਹ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਨੀਵਿਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਚੋਟ ਵੱਜਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਉਪਰ ਵੱਲ ਵੇਖਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਰੱਬ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਅਹੰਕਾਰੀ ਜੇ ਕਦੇ ਦਾਨ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 'ਦਾਨਵੀਰ' ਕਹਾਉਣ ਦਾ ਇੱਛਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸੋਭਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮੰਦਰ ਜਾਂ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਰਗੇ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨ ਜਾ ਵੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਲੋਕ ਉਸ ਨੂੰ ਧਰਮੀ ਬੰਦਾ ਸਮਝਣ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਹਸਾਨ ਹੇਠਾਂ ਦਬਾ ਸਕੇ।

ਇਕ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਦੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਧਰਮੀ ਹੋਣ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਰੱਬ ਵੱਲ ਸਾਡੀ ਪਿੱਠ ਹੈ। ਧਰਮ ਤਾਂ ਰੱਬ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਸਿਖਾਲਦਾ ਹੈ।[4] ਜੋ ਕੋਈ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਰੱਬ ਦਾ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਹਰ ਅਭਿਮਾਨ, ਹਰ ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਅੰਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਪਰਾਇਆ ਛਿਦ੍ਰ ਅਟਕਲੈ ਆਪਣਾ ਅਹੰਕਾਰੁ ਵਧਾਵੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 366)*
2. ਕਿਸੈ ਨ ਬਦੈ ਆਪਿ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 278)*
3. ਦੇ ਦੇ ਮੰਗਹਿ ਸਹਸਾ ਗੂਣਾ ਸੋਭ ਕਰੇ ਸੰਸਾਰੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
4. ਜਹ ਜਹ ਪੇਖਉ ਤਹ ਹਜੂਰਿ ਦੂਰਿ ਕਤਹੁ ਨ ਜਾਈ ॥
   ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਸਰਬਤ੍ਰ ਮੈ ਮਨ ਸਦਾ ਧਿਆਈ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 677)*

8.6 ਅਹਿਰਖ ਤੇ ਈਰਖਾ

ਈਰਖਾ, ਨਫ਼ਰਤ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਅਸਹਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਹਿਰਖ ਤੇ ਈਰਖਾ ਦੋਵੇਂ ਮੰਦ-ਭਾਵੀ ਮਨੁੱਖੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਅਸਲੋਂ ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼ੀ ਤੇ ਕੁਨੀਤੀ ਨਾਲ ਭਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੋਹਾਂ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਮਨੁੱਖ ਆਪ ਦੁਖੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਕਦੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾੜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਹਾਨੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਕ ਮੰਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿਚ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਤੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਹਿਰਖਾਲੂ ਬੰਦਾ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹਿਰਖ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਪਾਸ ਉਹ ਕੁਝ ਹੈ ਜੋ ਅਹਿਰਖਾਲੂ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਅਭਿਲਾਖਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀਨ-ਭਾਵਨਾ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹੋ ਉਸ ਦੇ ਅਹਿਰਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਅਹਿਰਖਾਲੂ ਮਨੁੱਖ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨੁਕਸਾਨ ਮੰਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਉਹਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਅਸਮਰੱਥਾ ਕਾਰਨ ਰੰਜੀਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਐਸੇ ਅਹਿਰਖੀ ਨੂੰ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਇਹ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਹਿਰਖਵਾਦ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪ ਸੁਚੱਜੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜਿਸ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ।[1]

ਈਰਖਾ (Jealousy) ਵਿਚ ਅਹਿਰਖਵਾਦ ਨਾਲੋਂ ਡੂੰਘੇਰੀ ਮੰਦ-ਭਾਵਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਹਿਰਖਵਾਦ ਵਿਚ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਬੱਝੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਇਕ ਅਹਿਰਖੀ ਤੇ ਦੂਜਾ ਉਹਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ) ਪਰ ਈਰਖਾ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਜਣੇ ਬੱਝੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਈਰਖਾਲੂ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬਰਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਈਰਖਾਲੂ ਆਪ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਹਿਬੂਬ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਬੰਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਰਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਮਹਿਬੂਬ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਆਪ ਦੇ ਮਹਿਬੂਬ ਨਾਲ ਵੀ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਆਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਕਿਉਂ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਈਰਖਾ, ਈਰਖਾਲੂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵਿਚ ਵਿਗਾੜ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦਾ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ੱਕੀ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿੱਕੀਆਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਪਕੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਦਾ ਪਹਾੜ ਖੜਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸੁਆਦਾਂ ਦੇ ਝਗੜਿਆਂ ਤੇ ਮਾਇਆਵੀ ਮਦਹੋਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਜ਼ੁਮਰੇ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ[2] ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।

---

1. ਅਹਿਰਖ ਵਾਦੁ ਨ ਕੀਜੈ ਰੇ ਮਨ॥ ਸੁਕ੍ਰਿਤੁ ਕਰਿ ਕਰਿ ਲੀਜੈ ਰੇ ਮਨ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 479)*
2. ਸੁਆਦ ਬਾਦ ਈਰਖ ਮਦ ਮਾਇਆ॥
   ਇਨ ਸੰਗਿ ਲਾਗਿ ਰਤਨ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 741)*

8.7.1 ਨਿੰਦਾ - 1

ਨਿੰਦਾ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉੱਚਿਤ ਉੱਤਰ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਹੈ।

ਨਿੰਦਾ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਇਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਐਸੇ ਕਥਨ ਕਰਨੇ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਨੇ ਜੋ ਝੂਠੀਆਂ ਗ਼ਲਤ-ਬਿਆਨੀਆਂ 'ਤੇ ਉਸਰੇ ਹੋਣ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਤੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਦੀ ਗ਼ਲਤ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੀ ਬਦਨਾਮੀ ਤੇ ਮਾਨਹਾਨੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹੋਣ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਤੁਹਮਤਸਾਜ਼ੀ' ਤੇ 'ਬਦਜ਼ੁਬਾਨੀ' ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਵੇਖਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਝੂਠ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਵਿਚ ਮੰਦਭਾਵਨਾ, ਖੁਣਸ ਤੇ ਈਰਖਾ ਦੇ ਅਨਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਿੰਦਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਅਪਜੱਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਝੂਠ ਇਤਨਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਮੂਰਖ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਿੰਦਕ ਉਸ ਨੂੰ ਸੱਚ ਮੰਨ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਉਹ ਵੀ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੋ ਕੇ।

ਜੇਕਰ ਝੂਠ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਲਾਈ ਗਈ ਤੁਹਮਤ ਸੱਚੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਿੰਦਾ ਨਹੀਂ ਕਹਾਉਂਦੀ, ਊਜ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਨਿੰਦਾ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਿੰਦਾ ਅਸਲੋਂ ਨਿਰਦੋਸ਼ਾਂ ਉੱਪਰ ਕੂੜਾਵੇ ਦੂਸ਼ਨ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿੰਦਾ ਵੱਡੀ ਮੂਰਖਤਾ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1] ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਿੰਦਕ ਦਾ ਖੋਖਲਾਪਨ ਝੱਟ ਹੀ ਨੰਗਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—ਨੰਗਾ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਰਹਿ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।[2] ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਨਿੰਦਾ ਤੋਂ ਬੜੇ ਕਰੜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਰਜਦੇ ਹਨ।[3] ਨਿੰਦਕ ਨੂੰ ਨਰਕਾਂ ਦਾ ਭਾਗੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿੰਦਕ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਨਿੰਦਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਉਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਸੀ ਮੂਰਖਤਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਇਕ ਬੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਨਾਮੁ ਅਮੋਲਾ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਤਿਸ ਸਿਉ ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਹਿਤਕਾਰੈ ॥
ਛਾਪਰੁ ਬਾਂਧਿ ਸਵਾਰੈ ਤ੍ਰਿਣ ਕੋ ਦੁਆਰੈ ਪਾਵਕੁ ਜਾਰੈ ॥ *(ਸਾਰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1205)*

ਭਾਵ, ਨਿੰਦਕ ਘਾਸ-ਫੂਸ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਤੇ ਤੀਲੇ ਤੀਲੇ ਨੂੰ ਸੁਆਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਛਪਰੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਛਪਰੀ ਦੇ ਬੂਹੇ ਵਿਚ ਅੱਗ ਬਾਲ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮੂਰਖਤਾ ਹੋਰ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

---

1. ਨਿੰਦਾ ਭਲੀ ਕਿਸੈ ਕੀ ਨਾਹੀ ਮਨਮੁਖ ਮੁਗਧ ਕਰੰਨਿ ॥
ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨ ਨਿੰਦਕਾ ਨਰਕੇ ਘੋਰਿ ਪਵੰਨਿ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 755)*
2. ਨਿੰਦਾ ਕਹਾ ਕਰਹੁ ਸੰਸਾਰਾ ॥ ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਪਰਗਟਿ ਪਾਹਾਰਾ ॥ *(ਗੋਂਡ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 875)*
3. ਨਿੰਦਕੁ ਸੋਧਿ ਸਾਧਿ ਬੀਚਾਰਿਆ ॥
ਕਹੁ ਰਵਿਦਾਸ ਪਾਪੀ ਨਰਕਿ ਸਿਧਾਰਿਆ ॥ *(ਗੋਂਡ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 875)*

8.7.2 ਨਿੰਦਾ - 2

ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਉੱਪਰ ਮਿੱਟੀ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੈਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਨਿੰਦਾ ਦਾ ਕੰਮ 'ਸੱਚ' ਨੂੰ 'ਝੂਠ' ਕਹਿਣਾ ਤੇ 'ਝੂਠ' ਨੂੰ 'ਸੱਚ' ਬਣਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਏਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਰਤ, ਬਦਦਿਆਨਤੀ ਤੇ ਧੋਖਾ-ਦੇਹੀ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਨਿਦੋਸ਼ਾਂ ਉੱਪਰ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ, ਝੂਠੀ ਦੂਸ਼ਨਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਦੁਰਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਰਾਚਾਰ ਦੀ ਸਿਖਰ ਵੀ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਨਿੰਦਾ ਨੂੰ ਬੱਜਰ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਝੂਠ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਚੋਰੀ, ਲੱਚਰਪੁਣੇ ਜੈਸੇ ਵਿਕਾਰਾਂ-ਵਿਭਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਗਿਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1] ਇਸ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਇਆਂ ਨੂੰ ਚੋਰਾਂ, ਬਦਚਲਨਾਂ ਤੇ ਜੁਆਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਭੈੜਾ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[2] ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਪਾਪਾਂ ਵਿਚ ਹੈ ਜੋ ਪਰਮਾਰਥ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਨਿਵਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਅਨਗਿਣਤ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਪੁਰ ਨਿੰਦਾ ਦਾ ਭਾਰ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।

ਨਿੰਦਕ ਜਾਣਦਿਆਂ ਬੁੱਝਦਿਆਂ, ਸੋਚ ਸਮਝ ਕੇ, ਸੱਚ ਦੀ ਪਾਵਨ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਭ੍ਰਸ਼ਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਿੰਦਾ ਐਸੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਬੇਦਖ਼ਲ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਿੰਦਕ ਪਾਸ ਝੂਠ ਨੂੰ ਬੁਣਨ ਦੀ ਮਸ਼ਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਕੋਲਿਤਰੇ ਰੂਪ ਧਾਰ ਕੇ ਵਿਦਮਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਉਸ ਦੀ ਬੁਰਿਆਈ ਕਰਨੀ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਨਾਮਣੇ ਪੁਰ ਹਰਫ਼ ਲਿਆਉਣਾ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਸੰਸਕਾਂ ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਹੱਤਕ ਕਰਨਾ ਇਸ ਦੇ ਕੁਝ ਆਮ ਵਰਤੀਂਦੇ ਰੂਪ ਹਨ। ਨਿੰਦਕ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਪਾਪਾਂ ਦਾ ਭਾਰ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[3]

---

1. (ੳ) ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਲੋਭੁ ਝੂਠੁ ਨਿੰਦਾ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਬਿਸਾਰਿਓ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 529)*
   (ਅ) ਲਾਲਚ ਝੂਠ ਬਿਕਾਰ ਮੋਹ ਇਆ ਸੰਪੈ ਮਨ ਮਾਹਿ॥
   ਲੰਪਟ ਚੋਰ ਨਿੰਦਕ ਮਹਾ ਤਿਨਹੂ ਸੰਗਿ ਬਿਹਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 261)*
2. ਚੋਰ ਜਾਰ ਜੂਆਰ ਤੇ ਬੁਰਾ॥ ਅਣਹੋਦਾ ਭਾਰੁ ਨਿੰਦਕਿ ਸਿਰਿ ਧਰਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1145)*
3. ਅਸੰਖ ਨਿੰਦਕ ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ ਭਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)*

8.8 ਹਰਖ-ਸੋਗ

ਸੁੱਖ ਦੀ ਖਾਜ ਮਗਰੋਂ ਦੁੱਖ ਦੀ ਜਲਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਰਖ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਹ੍ਰਿਸ਼' ਧਾਤੂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਪਦ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਖ਼ੁਸ਼ੀ। ਸੋਗ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਸ਼ੋਕ' ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ—ਗ਼ਮੀ, ਮਾਤਮ, ਮੁਸੀਬਤ। ਇਸ ਲੇਖੇ 'ਹਰਖ-ਸੋਗ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੋਇਆ 'ਖ਼ੁਸ਼ੀ-ਗ਼ਮੀ'। ਇਹ ਦੋ ਸਿਰਿਆਂ ਦਾ ਜੁੱਟ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੁੱਟ ਹਨ।[1] ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਐਸੇ ਜੁੱਟਾਂ ਵਿਚ ਹੀ 'ਹਰਖ ਸੋਗ' ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।[2] ਇਹ ਸਾਰੇ ਉਸ ਦੇ ਦੈਵੀ ਵਿਧਾਨ ਦਾ ਭਾਗ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਖੇਡ ਹਨ[3]—ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਖੇਡ।[4] ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਹਰਖ ਤੇ ਸੋਗ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹਨ।[5] ਇਸੇ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਗਤੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਸਰੀਰ ਹਰਖ ਸੋਗ ਦੇ ਬੰਧਾਨ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। "ਹਰਖ ਸੋਗ ਕਾ ਦੇਹ ਕਰਿ ਬਾਧਿਓ ॥" (ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 299)। ਇਹ ਸਰੀਰ ਹਰਖ ਸੋਗ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹੀ ਬੁੱਢੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। "ਸੋਗ ਹਰਖ ਮਹਿ ਦੇਹ ਬਿਰਧਾਨੀ॥ ਸਾਕਤ ਇਵ ਹੀ ਕਰਤ ਬਿਹਾਨੀ॥" (ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 888) ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਪਕੜ ਤਦ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਹ ਬਾਰ ਬਾਰ ਵਿਆਪਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਗੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਚਿੰਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।[6] ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਦਰਬਾਨ ਹਨ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਸਤਿਤਵ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਪੁਰ ਖਲੋਤੇ ਤੇ ਜਦ ਵੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਸੁੱਖਾਂ ਦਾ ਸਾਧਨ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਸੋਗ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।[7] ਸੋਗ ਹਰਖ ਕਰਕੇ ਹੀ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਗੇੜ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਬੀਤਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਵੱਡੀ ਉਜਾੜ ਅੱਗ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬੱਚ ਸਕਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਸਤਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨਾਮ ਦੇ ਵਿਰਦ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ ਵਿਚ ਹੈ।[9]

---

1. ਜਨਮੰ ਤ ਮਰਣੰ ਹਰਖੰ ਤ ਸੋਗੰ ਭੋਗੰ ਤ ਰੋਗੰ ॥ ਊਚੰ ਤ ਨੀਚੰ ਨਾਨ੍ਹਾ ਸੁ ਮੂਚੰ ॥
(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1354)
2. ਆਵਤ ਕਉ ਹਰਖ ਜਾਤ ਕਉ ਰੋਵਹਿ ਇਹੁ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਨਾਲੇ ਲਾਗਾ॥
ਆਪੇ ਦੁਖ ਸੁਖ ਭੋਗਿ ਭੋਗਾਵੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੋ ਅਨਰਾਗਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 598)*
3. ਹਰਖ ਸੋਗ ਬੈਰਾਗ ਅਨੰਦੀ ਖੇਲੁ ਰੀ ਦਿਖਾਇਓ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 409)*
4. ਹੁਕਮੇ ਸੋਗ ਹਰਖ ਆਨੰਦ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 962)*
5. ਤਤ੍ਰ ਗਤੇ ਸੰਸਾਰਹ ਨਾਨਕ ਸੋਗ ਹਰਖੰ ਬਿਆਪਤੇ॥ *(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1357)*
6. ਜਾ ਕਉ ਚਿੰਤਾ ਬਹੁਤੁ ਬਹੁਤੁ ਦੇਹੀ ਵਿਆਪੈ ਰੋਗੁ॥
ਗ੍ਰਿਸਤਿ ਕੁਟੰਬਿ ਪਲੇਟਿਆ ਕਦੇ ਹਰਖੁ ਕਦੇ ਸੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 70)*
7. ਸੰਪਉ ਸੰਚੀ ਭਏ ਵਿਕਾਰ॥ ਹਰਖ ਸੋਕ ਉਭੇ ਦਰਵਾਰਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 222)*
8. ਹਰਖ ਸੋਗ ਸਹਸਾ ਸੰਸਾਰੁ ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬਿਹਾਇ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 297)*
9. ਸੰਪਤ ਹਰਖੁ ਨ ਆਪਤ ਦੂਖਾ ਰੰਗੁ ਠਾਕੁਰੈ ਲਾਗਿਓ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 215)*

8.9 ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਬੰਸਾਵਲੀ

ਸੱਖਣੀ ਜੇਬ ਨਾਲੋਂ ਸੱਖਣੀ ਖੋਪਰੀ ਵਧੇਰੇ ਦੁੱਖਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਗਿਆਨ, ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਨਾ ਪਛਾਣ ਸਕਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਚੇਤੰਨ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ, ਸੁਆਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[1] ਫਿਰ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਲਗਾਤਾਰ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[2] ਤਦੇ ਉਹ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਅਨਜਾਣ ਹੋਣ ਕਾਰਨ, ਚੰਗੇ ਬੁਰੇ ਦੀ ਤਮੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਉਂ ਉਹ ਵਿਵੇਕ ਤੋਂ ਵਿਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਵਿਵੇਕ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਸੋਝੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਇਕ ਭਰਮ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਹਉਮੈ' ਆਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਰਾਗ-ਦ੍ਵੈਖ ਵਿਚ ਉਲਝੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਭਟਕਣ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਮ ਉਸ ਨੂੰ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਬੰਸਾਵਲੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਈ :

ਅਗਿਆਨ → ਅਵਿਵੇਕ → ਹਉਮੈ → ਰਾਗ-ਦ੍ਵੈਖ → ਕਰਮ → ਬੰਧਨ → ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼

ਇਸ ਲਈ ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਗਿਆਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ : ਅਗਿਆਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ? ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਇਹ ਸੋਚਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?' ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਕਦੇ ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਿਆ, ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਤੋਂ ਬੇਗਾਨਾ ਹੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪਾਏ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਬੰਧਨਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਉਹ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜੇ ਕੱਟਦਾ ਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਅਗਿਆਨੀ ਮਨੁੱਖ ਉਸੇ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਉਹ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਅਗਿਆਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਸੇ ਹਾਰ ਰੋਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤੋਂ ਦੁੱਖਾਂ-ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਬੰਸਾਵਲੀ ਤੁਰਦੀ ਹੈ।

---

1. ਅਗਿਆਨਿ ਲਾਇ ਸਵਾਲਿਆ ਗੁਰ ਗਿਆਨੈ ਲਾਇ ਜਗਾਵੈਗੋ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ 4, ਪੰਨਾ 1308)*
2. ਅਗਿਆਨਿ ਅੰਧੇਰੈ ਸੂਝਸਿ ਨਾਹੀ ਬਹੁੜਿ ਬਹੁੜਿ ਭਰਮਾਤਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 610)*
3. ਅਗਿਆਨੀ ਮਾਨੁਖੁ ਭਇਆ ਜੋ ਨਾਹੀ ਸੋ ਲੋਰੈ॥
   ਰੈਣਿ ਅੰਧਾਰੀ ਕਾਰੀਆ ਕਵਨ ਜੁਗਤਿ ਜਿਤੁ ਭੋਰੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 212)*

9.0 ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਆਧੀਆਂ

ਬਿਆਧਿ ਗ੍ਰਸਤ ਮਨ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਸੋਚ ਸਕਦੇ, ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ।

ਪਾਰੰਪਰਿਕ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਰੋਗ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ : ਆਧਿ, ਵਿਆਧਿ ਤੇ ਉਪਾਧਿ। ਕੋਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ :

ਆਧਿ : ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ, ਜਿਵੇਂ ਚਿੰਤਾ, ਫ਼ਿਕਰ, ਇਤਿਆਦਿ।
ਵਿਆਧਿ : (ਪੰਜਾਬੀ : ਬਿਆਧਿ) ਸਰੀਰਕ ਕਸ਼ਟ, ਰੋਗ, ਆਦਿ।
ਉਪਾਧਿ : ਉਪੱਦਰ, ਖ਼ਰਾਬੀ, ਜਿਵੇਂ ਦਾਵਾ ਅਗਨਿ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੂਫ਼ਾਨ, ਭੂਚਾਲ, ਫਟਦਾ ਜਵਾਲਾਮੁਖੀ, ਆਦਿ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦਾ ਇਕੱਠਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੁਝ ਥਾਈਂ ਜ਼ਰੂਰ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ :

ਆਧਿ ਬਿਆਧਿ ਉਪਾਧਿ ਰਸ ਕਬਹੁ ਨ ਤੂਟੈ ਤਾਪ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 297)*

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਧਿ ਪਦ ਇਕੱਲਾ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਆਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਆਧਿ ਤੇ ਉਪਾਧਿ ਦੋਹਾਂ ਇਕੱਠਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ।[1]

ਬਿਆਧਿ ਪਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬੜੀ ਥਾਈਂ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਕ ਥਾਏਂ ਇਹ ਸਰੀਰਕ ਕਸ਼ਟ ਲਈ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੋ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਦੇ ਚੀਚਕ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਰਚਿਆ ਸੀ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਬੋਲ ਸਨ :

ਹਰਿਗੋਬਿੰਦੁ ਰਖਿਓ ਪਰਮੇਸਰਿ ਅਪੁਨੀ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰਿ॥
ਮਿਟੀ ਬਿਆਧਿ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹੋਏ ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦਾ ਬੀਚਾਰਿ॥

(ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 500)

ਪਰ ਇਸ ਪਦ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਮਨ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਲਈ ਬਹੁਤ ਥਾਈਂ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[2]

ਉਪਾਧਿ ਪਦ ਇਕੱਲਿਆਂ ਵੀ ਆਇਆ ਹੈ[3], ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਧਿ ਬਿਆਧਿ ਦੇ ਨਾਲ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੇਵਲ ਬਿਆਧਿ ਦੇ ਸੰਗ।[4]

ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਬਿਆਧਿ ਪਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੋਈ ਹੈ[5], ਪਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ, ਕਸ਼ਟਾਂ, ਵਿਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਲਈ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ।

---

1. ਆਧਿ ਬਿਆਧਿ ਉਪਾਧਿ ਸਭ ਨਾਸੀ ਬਿਨਸੇ ਤੀਨੈ ਤਾਪ॥ *(ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1223)*
2. (ੳ) ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮਾਨ ਇਹ ਬਿਆਧਿ ਛੋਰੈ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 408)*
   (ਅ) ਲਾਲਚ ਝੂਠ ਬਿਖੈ ਬਿਆਧਿ ਇਆ ਦੇਹੀ ਮਹਿ ਬਾਸ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 259)*
3. (ੳ) ਤਨ ਮਹਿ ਹੋਤੀ ਕੋਟਿ ਉਪਾਧਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 327)*
   (ਅ) ਜਨਮ ਮਰਣ ਸਭ ਮਿਟੀ ਉਪਾਧਿ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 865)*
   (ਇਥੇ ਵੀ ਅਰਥ ਕੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹਨ)
4. ਗਈ ਬਿਆਧਿ ਉਪਾਧਿ ਸਭ ਨਾਸੀ ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਕੀਓ ਕਰਤਾਰਿ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 826)*
5. ਸਗਲ ਬਿਆਧਿ ਮਿਟੀ ਤ੍ਰਿਹੁ ਗੁਣ ਕੀ ਦਾਸ ਕੇ ਹੋਏ ਪੂਰਨ ਕਾਮ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1151)*

9.1 ਇੱਛਾ

ਜੇਕਰ ਇਕ ਇੱਛਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਉਸ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਮਗਰੋਂ ਹੋੜਾਂ ਦਾ ਜੋ ਹੋੜ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੈ, ਉਸ ਦਾ ਕੀ ਕਰੀਏ ?

ਇੱਛਾ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੋੜਾਂ ਉੱਪਰ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ—ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜ ਹੈ, ਭੁੱਖ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਪੇਟ ਭਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਤਾਂ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਭੁੱਖਿਆਂ ਰਹਿ ਕੇ ਭਗਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।[1] ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇੱਛਾ ਲੋੜਾਂ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਵੀ ਤੁਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਬਚਤ ਕਰਨ ਤੇ ਜੋੜਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ ਜੋ ਜੀਵਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਤੁਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਛਾ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਲੋਭ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐਸੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਜਦੋਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣ ਤਾਂ ਅਸ਼ਰਧਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਬਿਰਦ ਤਾਂ ਦਾਤਾਰ ਦਾ ਹੈ।[2] ਉਹੀ ਇੱਛਾ ਪੂਰਕ ਹੈ, ਤੇ ਸਭ ਸੁੱਖਾਂ ਦਾ ਦੇਣਹਾਰ ਹੈ।[3] ਪਰ ਜਦੋਂ ਇੱਛਾ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਤੁਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਇੱਛਾ ਬਣ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਟਕਰਾਓ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਇੱਛਾ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਸਾ ਨਾਲ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਇਕ ਆਸਾ ਆਪਣੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਆਸਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਛਾ ਤੇ ਆਸਾ ਰਲ ਕੇ ਮਨਸਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਸਾ ਤੇ ਮਨਸਾ ਮਨ ਨੂੰ ਭਰਮਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।[4] ਇਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[5]

ਜਦ ਇੱਛਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਇਰਾਦਾ ਧਾਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਰਾਦਾ ਫਿਰ ਘਾਲਨਾ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਦਾ ਹੈ, ਕਰਮ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੁੜ ਮੁੜ ਕੀਤਾ ਕਰਮ ਸੁਭਾਓ ਬਣ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਜਦ ਨਾਮ ਦਾ ਆਸਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਸਰੀਰਕ ਭੁੱਖ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਭ ਭੁੱਖਾਂ, ਸਭ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨਿਵਿਰਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।[6]

---

1. ਭੂਖੇ ਭਗਤਿ ਨ ਕੀਜੈ॥ ਯਹ ਮਾਲਾ ਅਪਨੀ ਲੀਜੈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 656)*
2. ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਗੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 10)*
3. ਮਨ ਇਛਾ ਦਾਨ ਕਰਣੰ ਸਰਬਤ੍ਰ ਆਸਾ ਪੂਰਨਹ॥ *(ਵਾਰ ਜੈਤਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 706)*
4. ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਮੋਹਣੀ ਗੁਰਿ ਠਾਕੀ ਸਚੁ ਬੋਲੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 59)*
5. ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 413)*
6. ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ॥
   ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ॥
   (ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 917)

9.2.1 ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ - 1

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨਾਲ ਲੜਨਾ ਬੜਾ ਹੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਇਹ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਵੀ ਵੇਚ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਇਕ ਤੀਖਣ ਤੇ ਚਿਰ-ਜੀਵੀ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਉਹ ਜਿਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੋਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਘਾਟ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਥੋੜੇ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇਕ ਐਸਾ ਰੋਗ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਹਰ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਹੈ। ਮਹਾਤਮਾ ਬੁੱਧ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ 'ਤਨ੍ਹਾ' ਤੇ ਪਤਾਂਜਲੀ ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ 'ਅਭਿਨਿਵੇਸ਼' ਆਖਿਆ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਇਸ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਕਰਦਿਆਂ ਇਸ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਮਾਇਆਵੀ ਰੋਗ ਆਖਿਆ ਹੈ।[1] ਇਹ ਅੰਦਰ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਉਂਕਣੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਹਾਰਾਜਿਆਂ, ਭੂਮੀਦਾਰਾਂ, ਸ਼ਾਹੂਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਬੁਝਦੀ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਰੱਜਦੇ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਜਿਤਨੀ ਮਾਇਆ ਹੋਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਇਆਵੀ ਭੁੱਖ ਹੋਰ ਭੜਕਦੀ ਹੈ।[2] ਮਾਇਆ ਲਈ ਉਹ ਅੰਨ੍ਹੇ ਹੋਏ ਭੱਜੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਕ ਅੱਗ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਜਿਤਨਾ ਬਾਲਣ ਪਾਈ ਜਾਓ, ਇਹ ਹੋਰ ਭੜਕਦੀ ਹੈ।[3] ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਹ ਚੰਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਰਨ ਤੀਕ ਚੰਬੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਝਗੜਿਆਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੁੱਖ ਤੇ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਇਸ ਅੰਦਰ ਸੜ ਸੜ ਕੇ ਖੱਪਦਾ ਹੈ।[4] ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਹੱਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਅਗਾਂਹ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਇਸ ਵਿਚ ਖਪੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਮਾਇਆ ਨੇ ਜਾਲ ਫੈਲਾ ਕੇ ਵਿਚ ਚੋਗਾ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਮਾਰਿਆ ਮਨ ਪੰਛੀ ਉਸ ਜਾਲ ਵਿਚ ਜਾ ਫਸਿਆ ਹੈ ਤੇ ਨਿਕਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਕੀ ਵੱਡੇ ਕੀ ਛੋਟੇ ਸਭ ਇਸੇ ਵਿਚ ਜਾ ਫਸਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਨੂੰ ਹੀ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਤੇ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5]

---

1. ਇਹੁ ਜਗਤੁ ਮਿਟੀ ਕਾ ਪੁਤਲਾ ਜੋਗੀ ਇਸੁ ਮਹਿ ਰੋਗੁ ਵਡਾ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ॥
   ਅਨੇਕ ਜਤਨ ਭੇਖ ਕਰੇ ਜੋਗੀ ਰੋਗੁ ਨ ਜਾਇ ਗਵਾਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 909)*
2. ਵਡੇ ਵਡੇ ਰਾਜਨ ਅਰੁ ਭੂਮਨ ਤਾ ਕੀ ਤ੍ਰਿਸਨ ਨ ਬੂਝੀ॥
   ਲਪਟਿ ਰਹੇ ਮਾਇਆ ਰੰਗ ਮਾਤੇ ਲੋਚਨ ਕਛੂ ਨ ਸੂਝੀ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 672)*
3. ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਕਿਨ ਹੀ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਪਾਈ॥
   ਜਿਉ ਪਾਵਕੁ ਈਧਨਿ ਨਹੀ ਧ੍ਰਾਪੈ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਕਹਾ ਅਘਾਈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 672)*
4. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਜਲਿ ਜਲਿ ਖਪੈ ਬਹੁਤੁ ਵਿਕਾਰਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 1044)*
5. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਿਰਲੇ ਹੀ ਕੀ ਬੁਝੀ ਹੇ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
   ਕੋਟਿ ਜੋਰੇ ਲਾਖ ਕ੍ਰੋਰੇ ਮਨੁ ਨ ਹੋਰੇ॥ ਪਰੈ ਪਰੈ ਹੀ ਕਉ ਲੁਝੀ ਹੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 213)*

9.2.2 ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ - 2 (ਦੇ ਮੁਖੜੇ)

ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਉਲੰਘੀਏ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੇ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਅੰਬਾਰ ਉਸਰੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਜੋ ਪ੍ਰਬਲ ਇੱਛਾ ਹੈ, ਕਈ ਮੁਖ ਧਾਰ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਇਹ ਐਸੀ ਭੁੱਖ ਬਣ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਰਾਈ ਵਸਤ ਹਜ਼ਮ ਕਰ ਲੈਣ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[1] ਕਦੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਦੇ ਅਮੁੱਕ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਜੁਟਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[2] ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਬੰਦਾ ਮਾਇਆ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਾਇਆ ਮਰਨ ਵੇਲੇ ਤਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ।[3] ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਰਾਜ ਭਾਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਹੁਕਮ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨ ਰੱਜਦਾ ਨਹੀਂ।[4]

ਪਦਾਰਥਕ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਇਕ ਕਾਮੁਕ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਬੜੀ ਡਾਢੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਵਿਆਪਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਮਾਤੁਰ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[5] ਇਹ ਥਾਂ ਕੁਥਾਂ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦੀ। ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਲੰਪਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਧੂ ਵੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਜਦ ਕਾਮ ਵਿਆਪੇ ਤਾਂ ਬਾਜ਼ਾਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6] ਔਰਤ ਨੂੰ ਵਿਆਪੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੁਨਾਰੀ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰਾਏ ਪੁਰਖਾਂ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ।[7]

ਇਕ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਪੰਡਿਤਾਈ ਦੀ, ਵਿਦਵਾਨਤਾ ਦੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਵਿਆਪਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਪੜ੍ਹਨ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਵਿਚ ਜੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਤਨਾ ਵੱਧ ਵਿਦਵਾਨ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਤਨਾ ਵੱਧ ਅਹੰਕਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਵੱਡੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[8]

ਬਹੁਮੁਖੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਸੜਦਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਛਤਾਉਣ ਜੋਗਾ ਹੀ ਕਰ ਛੱਡਦੀ ਹੈ।

---

1. ਹਿਰਹਿ ਪਰ ਦਰਬੁ ਉਦਰ ਕੈ ਤਾਈ॥
ਅਗਨਿ ਨ ਨਿਵਰੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਨ ਬੁਝਾਈ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 298)*
2. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਿਰਲੇ ਹੀ ਕੀ ਬੁਝੀ ਹੇ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
ਕੋਟਿ ਜੋਰੇ ਲਾਖ ਕ੍ਰੋਰੇ ਮਨੁ ਨ ਹੋਰੇ॥ ਪਰੈ ਪਰੈ ਹੀ ਕਉ ਲੁਝੀ ਹੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 213)*
3. ਥਾਕੇ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਘਾਲਤੇ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਥ॥
ਸੰਚਿ ਸੰਚਿ ਸਾਕਤ ਮੂਏ ਨਾਨਕ ਮਾਇਆ ਨ ਸਾਥ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 257)*
4. ਰਾਜ ਮਿਲਖ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਫੁਰਮਾਇਸਿ॥
ਮਨੁ ਨਹੀ ਧ੍ਰਾਪੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਨਾ ਜਾਇਸਿ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 373)*
5. ਅਧਕੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਵਿਆਪੈ ਕਾਮੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 226)*
6. ਹਾਥ ਕਮੰਡਲੁ ਕਾਪੜੀਆ ਮਨਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਉਪਜੀ ਭਾਰੀ॥
ਇਸਤ੍ਰੀ ਤਜਿ ਕਰਿ ਕਾਮਿ ਵਿਆਪਿਆ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ਪਰ ਨਾਰੀ॥
ਸਿਖ ਕਰੇ ਕਰਿ ਸਬਦੁ ਨ ਚੀਨੈ ਲੰਪਟੁ ਹੈ ਬਾਜਾਰੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1013)*
7. ਮਨਮੁਖ ਮੈਲੀ ਕਾਮਣੀ ਕੁਲਖਣੀ ਕੁਨਾਰਿ॥
ਪਿਰੁ ਛੋਡਿਆ ਘਰਿ ਆਪਣਾ ਪਰ ਪੁਰਖੈ ਨਾਲਿ ਪਿਆਰੁ॥
ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਕਦੇ ਨ ਚੁਕਈ ਜਲਦੀ ਕਰੇ ਪੂਕਾਰ॥ *(ਸਲੋਕੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 89)*
8. ਪੜਣਾ ਗੁੜਣਾ ਸੰਸਾਰ ਕੀ ਕਾਰ ਹੈ ਅੰਦਰਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਵਿਕਾਰੁ॥
ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਭਿ ਪੜਿ ਥਕੇ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਖੁਆਰੁ॥ *(ਸਲੋਕੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 650)*

9.2.3 ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ - 3 (ਬਿਰਲੇ ਹੀ ਕੀ ਬੁਝੀ ਹੇ)

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਉਹ ਮੰਗਤ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਕਾਸਾ ਕਦੇ ਭਰਦਾ ਨਹੀਂ।

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਭੋਖੜਾ ਹੈ, ਬਲਵਾਨ ਇੱਛਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਆਕਾਂਖਾ, ਸੋਚਾ ਤੇ ਅਭਿਲਾਖਾ ਰਲਗੱਡ ਹੋਏ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਇਹ ਉਹ ਬੀਜ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਕਈ ਕੁਝ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ।

ਅਤ੍ਰਿਪਤ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਭਾਂਬੜ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਸਾੜਦੀ ਹੈ।[1] ਇਹ ਬੜੀ ਵਿਕਰਾਲ ਭੁੱਖ ਹੈ।[2] ਇਸ ਅੰਦਰ ਮਾਇਆਵੀ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਦੀ ਰੰਗਣ ਲਿਸ਼ਕਦੀ ਹੈ।[3] ਇਸ ਤੋਂ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਦੁੱਖ ਉਪਜਦੇ, ਸੋਗ ਵਰਤਦੇ, ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਜਾਗਦੀ ਤੇ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜੇ ਦੀ ਭਟਕਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ 'ਹਉਮੈ' ਦੇ ਕੂੜ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਰਿਸ਼ਟ-ਪੁਸ਼ਟ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਜਿਤਨਾ ਝੁਲਕਾ ਪਾਓ, ਉਤਨੀ ਹੋਰ ਉਤੇਜਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕੀਤਿਆਂ ਤੇ ਛੱਡਿਆਂ ਹੀ ਸਹਿਜ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਜੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਅੰਦਰ ਵਿਚਰਨ ਦਾ ਭਾਗੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।[5] ਜਦ ਇਸ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਮੱਠੇ ਪੈ ਕੇ ਫੇਰ ਬੁਝ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਠੰਢ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[6] ਐਸਾ ਕੇਵਲ ਵੈਰਾਗ ਤੇ ਆਤਮ-ਧਿਆਨ ਆਸਰੇ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਮਨ ਨਿਹਚਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ[7] ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਆਨੰਦ ਦਾ ਅੰਦਰ ਵਾਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਸੱਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਦੀ ਹੀ ਬੁਝਦੀ ਹੈ[8], ਸੰਸਾਰੀ ਲੋਕ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਪਿੱਛੇ ਹੀ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

---

1. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਦਾਧੀ ਜਲਿ ਮੁਈ ਜਲਿ ਜਲਿ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 588)*
2. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਭੁਖ ਵਿਕਰਾਲ ਨਾਇ ਤੇਰੈ ਧ੍ਰਾਪੀਐ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਕੀ ਵਾਰ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 963)*
3. ਤ੍ਰਿਸਨ ਨ ਬੂਝੀ ਬਹੁ ਰੰਗ ਮਾਇਆ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1298)*
4. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਤਜਿ ਸਹਜ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਏਕੋ ਮੰਨਿ ਵਸਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 111)*
5. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਛੋਡੈ ਭੈ ਵਸੈ ਨਾਨਕ ਕਰਣੀ ਸਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*
6. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੂਝੀ ਅੰਤਰੁ ਠੰਢਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1074)*
7. ਤ੍ਰਿਸਨ ਬੁਝੀ ਮਨੁ ਨਿਹਚਲੁ ਥੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 387)*
8. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਿਰਲੇ ਹੀ ਕੀ ਬੁਝੀ ਹੇ॥ *(ਰਾਗ ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 213)*

9.2.4 ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ - 4 (ਜਾਵੇ ਕਿਵੇਂ ?)

ਅਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗੀ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਵਿਅਰਥ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਰੋਲਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਸਾਹਿਬ ਅਨੁਸਾਰ, ਮਾਤਾ ਦੇ ਗਰਭ ਵਿਚ ਪੁੱਠਾ ਲਟਕਿਆ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵੱਲ ਲਿਵ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਉਂ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ॥

(ਅਨੰਦੁ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 921)

ਮਾਇਆ ਦਾ ਅਮਰ ਵਰਤਣ ਨਾਲ, ਉਹ ਸੰਸਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਗ੍ਰੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਅਸਲਾ ਭੁਲਾ ਬੈਠਦਾ ਹੈ। ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਤੇ ਹਉਮੈ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।[1] ਇਸ ਲਈ ਛੁੜਕੀ ਹੋਈ ਲਿਵ ਦੁਬਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ, ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਰਣ ਭਾਲਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ।[2] ਨਾ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਹੈ, ਨਾ ਉਸ ਦੇ ਸਰਣ ਪਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।[3] ਜਦ ਕੇਵਲ ਓਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਰੱਜ ਕੇਵਲ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4] ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਉਣ ਨਾਲ, ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ ਨਾਲ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[5] ਸੰਤੋਖ ਵਰਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਭਾਓ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਨੰਦ ਵਰਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6] ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਮਿਲਦਿਆਂ ਹੀ ਹਉਮੈ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੂਰ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।[7] ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਜੋ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਕਾਰਨ ਜਲਦੀ ਪਈ ਹੈ, ਸੀਤਲ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਕੇਵਲ ਸ਼ਾਂਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਫਿਰ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਜਲਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ।[8] ਗੁਰੂ ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਸਹਿਜ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਠੰਢ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਗੁਰੂ ਭੱਜਿਆਂ-ਟੁੱਟਿਆਂ ਨੂੰ ਗੰਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[9] ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਭਉ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਉ, ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੁਆਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਹਰੀ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਰਸ ਵਿਚ ਰੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਹਉਮੈ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਪਾਸ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।[10] ਜਦ ਜਿਗਿਆਸੂ ਇਕ ਵਾਰ ਹਰਿ ਰਸ ਚੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਸਦਾ ਲਈ ਮੁਗਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ਘਰਿ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਜਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 57)*
2. ਲੋਭੁ ਮੂਆ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝਿ ਥਾਕੀ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੀ ਸਰਣਿ ਜਨ ਤਾਕੀ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 742)*
3. ਨਾ ਉਸੁ ਭੂਖ ਨ ਹਮ ਕਉ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 391)*
4. ਜਿਸ ਕੈ ਦੀਐ ਰਹੈ ਅਘਾਇ॥ ਬਹੁਰਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 281)*
5. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਮਿ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 682)*
6. ਯਾਸੁ ਜਪਤ ਮਨਿ ਹੋਇ ਅਨੰਦੁ ਬਿਨਸੈ ਦੂਜਾ ਭਾਉ॥
   ਦੂਖ ਦਰਦ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਸਮਾਉ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 252)*
7. ਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਹਮ ਕਉ ਸਰੀਰ ਸੁਧਿ ਭਈ॥
   ਹਉਮੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸਭ ਅਗਨਿ ਬੁਝਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 233)*
8. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਦਾਧੀ ਜਲਿ ਮੁਈ ਜਲਿ ਜਲਿ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ॥
   ਸਤਿਗੁਰ ਸੀਤਲ ਜੇ ਮਿਲੈ ਫਿਰਿ ਜਲੈ ਨ ਦੂਜੀ ਵਾਰ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 588)*
9. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੂਝੀ ਅੰਤਰੁ ਠੰਢਾ॥ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਲੈ ਤੂਟਾ ਗੰਢਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1074)*
10. ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਭਉ ਊਪਜੈ ਭੈ ਭਾਇ ਰੰਗੁ ਸਵਾਰਿ॥
    ਤਨੁ ਮਨੁ ਰਤਾ ਰੰਗ ਸਿਉ ਹਉਮੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਰਿ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 788)*

9.3.1 ਭਉ - 1

ਹੋਰ ਸਭਨਾਂ ਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਡੀ ਮਤਿ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰਕ ਭਉ ਮਲੀਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭਉ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਇਕ ਦੁਨਿਆਵੀ, ਦੂਜਾ ਦੈਵੀ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਭਉ ਕਿਸੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਭਾਵੇਂ ਜਾਨ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਮਾਲ ਦਾ; ਭਾਵੇਂ ਸੁਆਸਥ ਹਾਨੀ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਮਾਨਹਾਨੀ ਦਾ। ਇਹ ਕੁਦਰਤ ਦੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ (ਅਸਮਾਨੀ ਬਿਜਲੀ, ਫਟਦਾ ਜਵਾਲਾਮੁਖੀ, ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੜ੍ਹ, ਤਕੜਾ ਭੂਚਾਲ ਆਦਿ) ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ। ਇਹ ਸਮਾਜ-ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੁਰਮ-ਪੇਸ਼ਾ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵੀ। ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨਾਲ ਘਿਰੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਡਰ ਜਾਂ ਭਉ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਭਾਗ ਹੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹਾ ਸੰਸਾਰਕ ਭਉ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਦਿ ਕਾਲ ਤੋਂ ਹੀ ਵਾਪਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਤੀਖਣ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੀਬਰ ਵੀ। ਭਾਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਬਚਾਓ ਦੇ ਸਾਧਨ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਏ ਹਨ, ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਨਵੇਂ ਨਵੇਂ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਭਿਆਨਕ ਖ਼ਤਰੇ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਏ ਹਨ।

ਜਦ ਐਸਾ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰਾ ਸਨਮੁਖ ਆਣ ਵਿਆਪਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਭਉ ਅਵੱਸ਼ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਇਹ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਤਾਂ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਇਲਾਮਤਾਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਿਲ ਧੜਕਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਸਾਹ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੱਠੇ ਕੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਲਹੂ ਦਾ ਗੇੜ ਅੰਦਰਲੇ ਅੰਗਾਂ (ਉਦਰ, ਦਿਮਾਗ਼ ਆਦਿ) ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੇ ਬਾਹਰਲੇ ਅੰਗਾਂ (ਬਾਹਾਂ, ਲੱਤਾਂ) ਵਿਚ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਤੋਂ ਬੱਚ ਕੇ ਭੱਜਣ ਲਈ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਈ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਭਉ ਕਾਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਥੜੇ ਹੀ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਿਲਣ ਜੁਲਣ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਜਾਂ ਨੀਮ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਦਿਸਣੋਂ ਹੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬਿੱਲੀ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਕਬੂਤਰ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿੱਲੀ ਚਲੀ ਗਈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਡਰ ਭਾਵੇਂ ਕਿਵੇਂ ਵੀ ਉਪਜੇ, ਅਸਲੋਂ ਮਨ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਜਪਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਐਸਾ ਡਰ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] ਤੇ ਉਹ:

ਭੈ ਤੇ ਨਿਰਭਉ ਹੋਇ ਬਸਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 285)*

---

1. ਡਰਿ ਡਰਿ ਡਰਣਾ ਮਨ ਕਾ ਸੋਰੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 151)*
2. ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

9.3.2 ਭਉ - 2

ਰੱਬ ਦੇ ਭਉ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਡਰ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦੁਨਿਆਵੀ ਭਉ ਅਸਾਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਦੈਵੀ ਭਉ ਪਰਮ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਦੈਵੀ ਭਉ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਸਦਕੇ ਹਰੇਕ ਵਸਤੂ—ਕੀ ਵੱਡੀ ਤੇ ਕੀ ਛੋਟੀ—ਇਕ ਸੂਤਰ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਆਪਣਾ ਧਰਮ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ:

ਭੈ ਵਿਚਿ ਪਵਣੁ ਵਹੈ ਸਦਵਾਉ॥ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚਲਹਿ ਲਖ ਦਰੀਆਉ॥
ਭੈ ਵਿਚਿ ਅਗਨਿ ਕਢੈ ਵੇਗਾਰਿ॥ ਭੈ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਦਬੀ ਭਾਰਿ॥
ਭੈ ਵਿਚਿ ਇੰਦੁ ਫਿਰੈ ਸਿਰ ਭਾਰਿ॥ ਭੈ ਵਿਚਿ ਰਾਜਾ ਧਰਮ ਦੁਆਰੁ॥
ਭੈ ਵਿਚਿ ਸੂਰਜੁ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚੰਦੁ॥ ਕੋਹ ਕਰੋੜੀ ਚਲਤ ਨ ਅੰਤੁ॥
ਭੈ ਵਿਚਿ ਸਿਧ ਬੁਧ ਸੁਰ ਨਾਥ॥ ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਡਾਣੇ ਆਕਾਸ॥
ਭੈ ਵਿਚਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ॥ ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਪੂਰ॥
ਸਗਲਿਆ ਭਉ ਲਿਖਿਆ ਸਿਰਿ ਲੇਖੁ॥ ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਏਕੁ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 464)

ਐਸਾ ਭਉ ਹੀ ਸਭ ਕਾਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਕਰਮ ਵਿਚ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਬਦ (ਬੋਲਾਂ) ਨੂੰ ਸੰਵਾਰ ਕੇ ਟਕਸਾਲੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਇਸ ਭੈ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਭਗਤੀ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਭੈ ਤੇ ਭਗਤੀ ਸਦਕੇ ਹੀ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਮੇਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਇਹ ਭਉ ਬੈਰਾਗ ਵੀ ਉਪਜਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਭਉਜਲ ਦੇ ਪਾਰ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਭਉ ਬੈਰਾਗੁ ਭਇਆ ਹੈ ਬੋਹਿਥੁ ਗੁਰੁ ਖੇਵਟੁ ਸਬਦਿ ਤਰਾਵੈਗੋ॥

(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1308)

---

1. ਭੈ ਭਉ ਘੜੀਐ ਸਬਦਿ ਸਵਾਰਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 151)*
2. ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸੋਹਾਗਣੀ ਭੈ ਭਗਤਿ ਸੀਗਾਰਿ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 428)*

9.4 ਸੰਸਾ

ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਰਲ ਕੇ ਵੀ ਇਕ ਸੰਸੇ ਜਿੱਡੀਆਂ ਦੁਖਦਾਈ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ।

ਸੰਸਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਲਟਕਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਬੇਯਕੀਨੀ ਤੇ ਬੇਇਤਬਾਰੀ ਇਸ ਦੇ ਭਾਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਦੱਸੇ ਹੋਏ ਤੱਥ, ਕਿਸੇ ਕਰਮ, ਕਿਸੇ ਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ ਇਸ ਦੇ ਰੰਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਸੇ ਕਾਰਨ ਕਈ ਲੋਕ ਕੋਈ ਕਰਮ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਘਬਰਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਰਾਏ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਾਰੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਇਸ ਗੱਲ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਮਨੌਤਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਤੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਰਤਾਵਾ ਕਰ, ਸੰਸੇ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਬਾਰੇ ਸੰਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸਾ ਸੰਸਾ ਆਤਮ-ਨਿਖੇਧੀ ਦੀ ਹੱਦ ਤਕ ਅਪੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਚੋਟ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਦਲੀਲ, ਤਰਕ ਜਾਂ ਦਾਅਵੇ 'ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸੰਸਾ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਸਦਕਾ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸ਼ੱਕੀ, ਸੰਭਵ ਤੇ ਯਕੀਨੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਧਰਮ ਵਿਚ ਸੰਸਾ ਇਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਸਬੂਤ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸਥਾਪਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਮਨੌਤ ਸੰਸਾ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜੋ ਨਾਸਤਕਤਾ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਸੰਸਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿਚ ਖਲੋਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਿਸੇ ਪੰਥ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਤੇ ਚੱਲਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੰਸਾ ਉਸ ਪੰਥ ਤੇ ਚੱਲਣ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਵਿਚ ਬਾਧਾ ਪਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਧਰਮ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਭੁਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅਨੁਯਾਈਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੰਧਨ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਵੀ ਸੰਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਟਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸੰਸਾ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਗ੍ਰਿਤ ਤੇ ਚੇਤੰਨ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਸਲ ਮਨੋਰਥ ਵੱਲੋਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਹੀ ਬਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1] ਇਸ ਸਹਸੇ ਦਾ ਦੁਖ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੇ ਭੁੱਲਿਆਂ ਵਿਆਪਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਸਹਸਾ, ਇਹ ਭਰਮ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

---

1. ਸੰਸਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਹੈ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 36)*
2. ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਸਹਸਾ ਦੁਖੁ ਬਿਆਪੈ॥ ਸਿਮਰਤ ਨਾਮੁ ਭਰਮੁ ਭਉ ਭਾਗੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 190)*

9.5 ਚਿੰਤਾ

ਜਿਹੜੇ ਦੁੱਖ ਕਦੇ ਵਾਪਰੇ ਨਹੀਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸੋਚ ਕੇ ਅਸੀਂ ਕਿਤਨੇ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਚਿੰਤਾ ਪੈਦਾ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਐਸਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰੇ, ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਕਿਸੇ ਆਉਂਦੀ ਮੁਸੀਬਤ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਟਲ ਜਾਏ। ਪਰ ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਣ ਦੇਵੀਏ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਾਵ ਹੋਰ ਵੀ ਤੀਖਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਜੇਕਰ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਬਹੁਲਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ।[1] ਧਨ-ਦੌਲਤ ਤੇ ਐਸ਼ਵਰਜ ਦੇ ਸਾਧਨ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਿੜ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਹਾਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਤੋਂ ਨਵੀਂ ਚਿੰਤਾ ਹੀ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਚਿੰਤਾ ਕੋਈ ਕੁਦਰਤੀ ਅਵਸਥਾ ਤਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਇਕ ਅਸਾਧਾਰਨ ਹਾਲਤ ਹੈ, ਜੋ ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਤੇ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਵਰਤੀਏ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਕੁਝ ਸਦੀਵ ਕਾਲੀ ਹੈ ਤੇ ਕੀ ਚਲਾਇਮਾਨ ਹੈ। ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਚਲਾਇਮਾਨ ਦੀਆਂ ਮਾਮੂਲੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਅਣਹੋਣੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।[2]

ਇਕ ਚਿੰਤਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਕ ਮਨੋਕਲਪਿਤ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਬੰਦੂਕ ਜਾਂ ਪਿਸਤੌਲ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੂਹਾ ਭੰਨ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਆ ਵੜਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਉਪਜਣਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਦੇ ਐਸਾ ਹੋਇਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਅਥਵਾ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਵੀ ਐਸੀ ਕੋਈ ਵਾਰਦਾਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਚਿੰਤਾ ਚੰਬੜ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਜਣਾ ਪਿਸਤੌਲ ਆਦਿ ਲੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਨ ਨਾ ਆ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਹ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਚਿੰਤਾ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਕੁਦਰਤੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਦੁਖਦਾਇਕ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚੀੜ੍ਹੀ ਵੀ।

ਫਿਰ ਇਕ ਚਿੰਤਾ ਉਪਰ ਹੋਰ ਚਿੰਤਾ ਵੀ ਉਸਰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਚਿੰਤਾ ਕਾਰਨ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਸੀਨੇ ਆਉਂਦੇ ਤੇ ਹੱਥ ਪੈਰ ਠੰਢੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਮੂੰਹ ਸੁੱਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਮਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਪਹਿਲੀ ਚਿੰਤਾ ਪੁਰ ਦੂਜੀ ਚਿੰਤਾ ਚੜ੍ਹ ਬੈਠਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਜੇ ਹਰ ਇਲਾਮਤ ਬਾਰੇ ਨਵੀਂ ਚਿੰਤਾ ਸਹੇੜਦੇ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਗ ਪਵੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਰੱਬ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਉਸ ਦੀ ਸਰਬ-ਸ਼ਕਤੀਮਾਨਤਾ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਚਿੰਤਾ ਮਤਿ ਕਰਹੁ ਚਿੰਤਾ ਤਿਸ ਹੀ ਹੇਇ॥

(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਸਲੋਕ ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 955)

---

1. ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਬਹੁਤੁ ਤਿਸੈ ਗ੍ਰਿਹਿ ਚਿੰਤਾ॥ ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਥੋਰੀ ਸੁ ਫਿਰੈ ਭ੍ਰਮੰਤਾ॥
ਦੁਹੂ ਬਿਵਸਥਾ ਤੇ ਜੋ ਮੁਕਤਾ ਸੋਈ ਸੁਹੇਲਾ ਭਾਲੀਐ॥ *(ਅੰਜੁਲੀਆ ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1019)*
2. ਚਿੰਤਾ ਤਾ ਕੀ ਕੀਜੀਐ ਜੋ ਅਨਹੋਨੀ ਹੋਇ॥ ਇਹੁ ਮਾਰਗੁ ਸੰਸਾਰ ਕੋ ਨਾਨਕ ਥਿਰੁ ਨਹੀ ਕੋਇ॥
(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1429)

9.6 ਸੋਗ

ਸੋਗ ਵਸਤਾਂ ਜਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਉਪਜਦਾ, ਸਾਡੀ ਸੋਚਣੀ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

ਸੋਗ ਇਕ ਬਹੁਪੱਖੀ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਮਹਿਰੂਮੀ, ਹੇਰਵੇ ਜਾਂ ਝੋਰੇ ਤੋਂ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਇਸ ਦਾ ਭਾਵੁਕ ਪੱਖ ਬਣਦਾ ਹੈ; ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਪੱਖ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚਿਹਰਾ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨੀਂਦ ਉੱਡ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭੁੱਖ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬੇ-ਰਸ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਰਨ ਨੂੰ ਜੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਬੋਲਣ ਨੂੰ ਵੀ ਚਿੱਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੋ ਹਾਨੀ ਵਾਪਰੀ ਹੋਵੇ, ਉਸੇ ਵੱਲ ਬਾਰ ਬਾਰ ਧਿਆਨ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਨੂੰ ਵੀ ਜੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦਾ ਅਲੱਗ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰ ਮਾਤਮ ਵਰਤਿਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਰੋਣਾ ਆਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੁਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਬੇਅੰਤ ਲਾਚਾਰਗੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਊਣਾ ਦੂਭਰ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਘੋਰ ਨਾਉਮੇਦੀ ਵਾਪਰੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਕਾਇਆ ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ ਧਾਤ ਤੋਂ ਬਣੀ ਹੈ। ਸੋ, ਇਸ ਨੂੰ ਸੋਗ ਸੰਤਾਪ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।[1] ਸੋਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਮਹਿਰੂਮੀ ਹੀ ਹੈ; ਪਰ ਮਹਿਰੂਮੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਤਾਂ ਵਿਆਪਦੀ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਮਨ (ਹਉਮੈ) ਨੂੰ ਵਿਆਪਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਉਠ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੋਗ ਵਿਆਪ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।[2] ਸੋਗ ਇਕ ਸੰਤਾਪ ਹੈ ਦੁੱਖਾਂ, ਰੋਗਾਂ, ਡਰਾਂ, ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਰਗਾ, ਪਰ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਅੰਦਰੇ ਨੂੰ ਅੱਗ ਵਾਂਙੂੰ ਸਾੜਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਸੋਗ ਅਗਨ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[3]

ਜੇਕਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਗੁਰੂ-ਸ਼ਬਦ, ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਕੱਟੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੋਗ ਵਿਆਪਦਾ ਨਹੀਂ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਨਾਲ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵੀ ਸੋਗ ਜਗਾਉਣ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਹਿਰੂਮੀ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀ। ਇਵੇਂ ਹੀ ਜੇ ਆਸਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਮਹਿਰੂਮੀ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀ, ਸੋ ਸੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[4]

ਸੋਗ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦ੍ਵੈਤ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਦ੍ਵੈਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਮਹਿਰੂਮੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦ੍ਵੈਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਦੁੱਖ ਸੰਤਾਪ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਨੰਤ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਹਰਖ ਅਨੰਤ ਸੋਗ ਨਹੀ ਬੀਆ॥
ਸੋ ਘਰੁ ਗੁਰਿ ਨਾਨਕ ਕਉ ਦੀਆ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 186)*

---

1. ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ ਤ੍ਰੈ ਗੁਣ ਧਾਤੁ॥ ਇਸ ਨੋ ਵਿਆਪੈ ਸੋਗ ਸੰਤਾਪੁ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1343)*
2. ਹਉਮੈ ਗੁਰਿ ਖੋਈ ਪਰਗਟੁ ਹੋਈ ਚੂਕੇ ਸੋਗ ਸੰਤਾਪੈ॥ *(ਤੁਖਾਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1111)*
3. ਸੋਗ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਮਨੁ ਨ ਵਿਆਪੈ ਆਠ ਪਹਰ ਗੁਣ ਗਾਵਉ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 682)*
4. ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੀ ਪੂਰਨ ਸਭ ਆਸਾ ਚੂਕੇ ਸੋਗ ਸੰਤਾਪ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1223)*

9.7.1 ਆਲਸ - 1

ਦੋ ਚੰਗੀਆਂ ਟੰਗਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਕੀ, ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਤੋਰਦੀਆਂ ਹੀ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨਿਬੇੜਦਾ ਨਹੀਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਛਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਲਸੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਿਹਨਤ ਮੁਸੀਬਤ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਹਿਲਾਉਣ ਨਾਲੋਂ ਪਏ ਰਹਿਣਾ ਵਧੇਰੇ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਹਲਿਆਂ ਵਕਤ ਬਿਤਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਲਸ ਚੰਬੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਸਰੀਰਕ ਆਲਸ ਹੈ; ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਮਾਨਸਿਕ ਆਲਸ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਪ੍ਰਾਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਲਸੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੇਵਲ ਨਿਤ-ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਦਿਨ-ਕਟੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਉਠਾਲਦਾ, ਕੋਈ ਪੁੱਛ-ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਭੇਡ-ਚਾਲ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗਾ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਲਸ ਇਕ ਸੁਭਾਓ ਹੈ। ਆਲਸੀ ਲੋਕ ਇਸ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਗ਼ ਐਸੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵੱਲੋਂ ਵਿਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਰੋਗੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਆਲਸੀ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਜੋ ਅਸਲੋਂ ਆਲਸੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੋਗ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਆਲਸ ਵਿਚ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਲਸੀ ਬੰਦਾ ਮਨ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਸੌਖਾ ਸੁੱਖ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਉਹ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਕਤਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਆਰਾਮ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਹਨਤ ਨੂੰ ਫਲ ਤਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ। ਆਲਸੀ ਨੂੰ ਫਲ ਤੁਰੰਤ ਚਾਹੀਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਹ ਕੰਮ-ਚੋਰ ਹੋ ਕੇ ਆਲਸ ਦੀ ਉਜਾੜ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਇਕ ਹੋਰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਚੰਗੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣੋਂ ਅਵੇਸਲਾ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਮਾੜੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[2] ਐਸੇ ਗਾਫ਼ਲ ਲੋਕ ਹਾਲਾਤ ਦੀ ਫਾਹੀ ਵਿਚ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਗੁਰਮੁਖ ਲੋਕ ਆਲਸ ਤੋਂ ਬਚਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਾਸਤੇ ਰੱਬ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਮੰਗਦੇ ਹਨ।[3]

ਜਦ ਐਸੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਫਲੀਭੂਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਸੰਤਾਂ ਦਾ ਸੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸਤਿਸੰਗ ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਆਲਸ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨਾ ਵੀ ਦੀਰਘ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਬਿਨਸਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

ਸੰਤਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪਿਆ ਬਿਨਸੇ ਆਲਸ ਰੋਗਾ ਜੀਉ ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 108)

---

1. ਮਨਮੁਖ ਕਉ ਆਲਸੁ ਘਣੋ ਫਾਥੇ ਓਜਾੜੀ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1011)*
2. ਚੰਗਿਆਈ ਆਲਕੁ ਕਰੇ ਬੁਰਿਆਈ ਹੋਇ ਸੇਰੁ ॥
   ਨਾਨਕ ਅਜੁ ਕਲਿ ਆਵਸੀ ਗਾਫਲ ਫਾਹੀ ਪੇਰੁ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 518)*
3. ਵੰਞੁ ਮੇਰੇ ਆਲਸਾ ਹਰਿ ਪਾਸਿ ਬੇਨੰਤੀ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 460)*

9.7.2 ਆਲਸ - 2

ਆਲਸ ਇਤਨਾ ਹੌਲੀ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗ਼ਰੀਬੀ ਪਿੱਛੋਂ ਤੁਰ ਕੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾ ਪਕੜਦੀ ਹੈ।

ਆਲਸੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅਸਥਾਨ ਨਹੀਂ। ਆਲਸੀ ਜੀਵ ਤਾਂ ਬੱਸ ਜਨਮ ਗਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।[1] ਆਲਸੀ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਤਾਂ ਬਦੀ ਦਾ ਕਾਰਖ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਪ ਉਸ ਨੂੰ ਪਸਮਾਉਣ ਆ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ। ਜਦ ਉਹ ਆਲਸ ਵਿਚ ਉਂਘਲਾਉਂਦਾ ਹੈ[2] ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵੱਲੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਸੁਚੇਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸੋਚਾਂ ਨਾਲ ਆਲਸ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਕੇਵਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਪਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਅਕੇਵੇਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਨਿਕਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

ਆਲਸੀ ਮਨੁੱਖ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਦੇ ਪੱਲੇ ਕਿਰਤ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਰਤ ਦੇ ਸੁੱਖ ਤੋਂ ਉਹ ਵਾਂਞਿਆਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਘਾਲਨਾ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਲਈ ਰੋਟੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਮਾ ਸਕਦਾ। ਮੰਗਤ ਹੋ ਜਾਣਾ ਵਧੇਰੇ ਪਸੰਦ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਭਲੇ ਹੱਥ ਪੈਰ ਚੱਲਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵੀ ਹੋਰਨਾਂ ਅੱਗੇ ਕੇਵਲ ਹੱਥ ਅੱਡਣ ਜੋਗਾ ਹੀ ਹੋ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੰਗਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਤਰਸ ਭਾਵ ਵੀ ਜਗਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਖੇਖਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਲਸੀ ਬੰਦਾ ਕੋਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਉਠਾਉਂਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਸੌਖੇ ਸੁੱਖ ਦਾ ਤਾਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਕੋਈ ਪਿਆਰ ਵੀ ਕਰੇ ਤਾਂ ਘਬਰਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਫਿਰ ਪਿਆਰ ਪਰਤਾਉਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਆਲਸ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਜੋਗਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛੋੜਦਾ।

ਆਲਸੀ ਬੰਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗੱਪਾਂ ਮਾਰਨ ਜੋਗਾ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਗੱਪਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਨਿੰਦਿਆ ਤੇ ਈਰਖਾ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਸੁਭਾ ਸ਼ੱਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ੱਕ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਉਹ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਲਾਂਭੇ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ, ਜਿਵੇਂ ਉਜਾੜ ਹੰਢਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਆਲਸ ਜੀਵ ਨੂੰ ਕਾਸੇ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਛੋੜਦਾ। ਆਲਸੀ ਆਪ ਤਾਂ ਕਰਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਹ ਦੋਸ਼ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ, ਉਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

---

1. ਮਾਇਆ ਮੂਠਾ ਚੇਤਸਿ ਨਾਹੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਓ ਆਲਸੀਆ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ, ਪੰਨਾ 92)*
2. ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਆਲਸੀਆ ਉਘਲਾਨਾ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 697)*

9.7.3 ਆਲਸ - 3

ਆਲਸੀ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਕੇਵਲ ਸੋਚਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਕਰਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੀ ਡਰਦਾ ਹੈ।

ਆਲਸੀ ਮਨੁੱਖ ਰੱਬ ਤੋਂ ਵੀ ਬੇਮੁਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੱਬ ਨੇ ਹੱਥ ਪੈਰ ਦਿੱਤੇ, ਉਹ ਵਰਤਦਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ ਬੇਮੁਖ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਉਸ ਰੱਬ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੀ ਘੁਸਾਈ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰੇ ਬਿਨਾਂ ਝੱਟ ਲੰਘਾਉਣਾ ਵੀ ਮੁਨਾਸਿਬ ਨਹੀਂ।[1] ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਉਸ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਂਦੇ ਹਨ:

ਏ ਮਨ ਆਲਸੁ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 28)*

ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਨਾ ਰੱਬ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਉਸ ਦਾ ਜੱਸ ਹੀ ਸੁਣਦਾ ਹੈ।[2] ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਤਸੰਗਿ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਲਸ ਰੋਗ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਸ਼ੁਭ ਸਲਾਹ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।[3] ਆਲਸ ਤਾਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਕ ਰੋਗ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲਾਲਸਾ, ਗੁਰੂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਨਾਲ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਫਿਰ ਆਲਸ ਤਿਆਗਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਲਸੀ ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਧੱਕੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਵੇ।[5]

ਜੇਕਰ ਇਕ ਵਾਰ ਸੁਸਤੀ ਨੂੰ ਪਰੇ ਧੱਕ ਕੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਆਲਸ ਛਿਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਉਸ ਦੈਵੀ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6] ਇਉਂ ਆਲਸ ਪ੍ਰਭੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਚੰਗੀ ਘਾਲਨਾ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਤਿਸੁ ਸੇਵਤ ਮਨਿ ਆਲਸੁ ਕਰੈ॥
   ਜਿਸੁ ਵਿਸਰਿਐ ਇਕ ਨਿਮਖ ਨ ਸਰੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 913)*
2. ਹਰਿ ਜਸੁ ਸੁਨਤ ਆਲਸੁ ਮਨਿ ਕੀਨਾ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 738)*
3. ਸੰਤਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪਿਆ ਬਿਨਸੇ ਆਲਸ ਰੋਗਾ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 108)*
4. ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਬੇ ਕੀ ਲਾਲਸਾ ਤਾ ਤੇ ਆਲਸੁ ਕਹਾ ਕਰਉ ਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 389)*
5. ਵੰਞੁ ਮੇਰੇ ਆਲਸਾ ਹਰਿ ਪਾਸਿ ਬੇਨੰਤੀ॥
   ਰਾਵਉ ਸਹੁ ਆਪਨੜਾ ਪ੍ਰਭ ਸੰਗਿ ਸੋਹੰਤੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 460)*
6. ਤੇਰਾ ਜਨੁ ਰਾਮ ਨਾਮ ਰੰਗਿ ਜਾਗਾ॥
   ਆਲਸੁ ਛੀਜਿ ਗਇਆ ਸਭੁ ਤਨ ਤੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿਉ ਮਨੁ ਲਾਗਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 682)*

9.8 ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਕਾਰਨ

ਵਿਗੜੇ ਮਨ ਦੇ ਰੋਗ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਰੋਗ ਪਿਤਰ-ਸੰਗਲੀ (heredity) ਰਾਹੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀਓ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੁਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸਾਡੇ ਮਸਤਕ ਦੇ ਰਸਾਇਣੀ ਰਸਾਂ ਦੇ ਕੁਪਰਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਕੁਝ ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਕਾਰਨਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਸੰਤੁਲਿਨ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਔਕੜਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰੋਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਹਉਮੈ[1], ਚਿੰਤਾ[2], ਗਿਲਾਨੀ[3], ਕਾਮ-ਕ੍ਰੋਧ[4], ਈਰਖਾ[5] ਸਭੇ ਮਨ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਗੁਆ ਬੈਠਦੇ ਹਨ।

ਅਸਲੋਂ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਮਨ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਅੰਦਰੋਂ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਜਾਂ ਇਉਂ ਕਹੀਏ ਕਿ ਸਰੀਰ ਸੂਖਮ ਮਨ ਦਾ ਸਥੂਲ ਅਥਵਾ ਪ੍ਰਗਟ ਰੂਪ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਦਰਦ ਮਨ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਤਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਨ ਦੁਖੀ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸੰਤੁਲਿਤ ਵੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਮਨ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਉਦਾਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੰਮ ਢਿੱਲਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਭੁੱਖ ਮਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਵਿਚ ਵਿਗਾੜ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਰੀਰਕ ਵਿਗਾੜ ਵੀ ਉਪਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਨ ਜੇ ਭਰਮਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ 'ਬਦਰੂਹਾਂ' ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੀਜੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਇਹ ਰੋਗ ਵੀ ਮਾਨਸਿਕ ਕਾਰਨਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਆਧਿ, ਬਿਆਧਿ, ਉਪਾਧਿ, ਇਹ ਤਾਪ ਕਦੇ ਟੁੱਟਦੇ ਨਹੀਂ; ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲਿਆਂ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨ ਸਿੱਧੇ ਰਸਤੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਦ ਮਨ ਸਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਕਾਰਨ ਆਪੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

---

1. ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1140)*
2. ਜਾ ਕਉ ਚਿੰਤਾ ਬਹੁਤੁ ਬਹੁਤੁ ਦੇਹੀ ਵਿਆਪੈ ਰੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 70)*
3. ਗਈ ਗਿਲਾਨਿ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 892)*
4. ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਕਾਇਆ ਕਉ ਗਾਲੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਦਖਣੀ ਓਅੰਕਾਰੁ, ਪੰਨਾ 932)*
5. ਸੁਆਦ ਬਾਦ ਈਰਖ ਮਦ ਮਾਇਆ॥
   ਇਨ ਸੰਗਿ ਲਾਗਿ ਰਤਨ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 741)*
6. ਆਧਿ ਬਿਆਧਿ ਉਪਾਧਿ ਰਸ ਕਬਹੁ ਨ ਤੂਟੈ ਤਾਪ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 297)*

9.9 ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਾਧਨ

ਜੇਕਰ ਮਨ ਦੀ ਧਰਤੀ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਦੀ ਖਾਦ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਤਾਂ ਇਹ ਛੇਤੀ ਹੀ ਅਣਉਪਜਾਊ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਮਾਤਰ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਵਧੇਰੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਧਰਮਵੀਰ ਰੋਗ ਰਹਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਜਦ ਬਹੁਤੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਸੋਮਾ ਮਨ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਵੱਲ ਪਹਿਲਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਗਿਲਾਨੀ ਅਥਵਾ ਘਿਰਣਾ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਚਾਹ ਕੇ, ਸਭਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਚਿਤਵ ਕੇ, ਮਿੱਤਰਤਾ, ਹਮਦਰਦੀ ਤੇ ਕਰੁਣਾ ਦਾ ਸੁਭਾਓ ਅੰਦਰ ਢ਼ਾਲ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਭ ਪਿਆਰ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਦਾ ਦਾਰੂ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ, ਉਦਾਰਤਾ ਤੇ ਸੁਭਾ ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਭਿਮਾਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਨਿਮਰਤਾ ਰਾਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।[3] ਇਹ ਸਭ ਚੰਗੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਰਸਤੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਭੈੜੇ ਵਿਚਾਰ ਮੁਕਾ ਦੇਈਏ, ਤਾਂ ਕਈ ਰੋਗ ਆਪੇ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਬੈਠਾ ਆਤਮਾ ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ, ਸੁਅਸਥ ਸਜੀਵਤਾ ਨੂੰ ਬਲਵਾਨਤਾ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਉਪਰ ਨਾ ਕੋਈ ਕੀਟਾਣੂ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕੋਈ ਬਿਜਲਾਣੂ। ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕੀਤਿਆਂ ਰੋਗ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੀਵਨ ਸੁਖਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਦਰ ਲੰਮੀ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[4]

ਭੈੜੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਮਿਟਾਣ ਲਈ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਚੱਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸਾ ਕਰਨਾ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾ ਕੇ, ਭੈੜੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮਨ ਨੂੰ ਹਟਕ ਕੇ, ਰੂਹਾਨੀ ਪਾਸੇ ਲਗਾਉਣ ਵਿਚ ਅਦੁੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰੂ ਆਪ ਰੋਗ ਰਹਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ਰਨ ਆਇਆਂ ਦੇ 'ਸਰਬ ਰੋਗ' ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਅੱਗੇ ਆਤਮ ਸਮਰਪਨ ਕਰਨਾ ਕੇਵਲ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਆਵਾਗਵਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਵੀ ਪਰਮ ਸਾਧਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜੋ ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਸੋ ਰੋਗੀ॥
   ਰੋਗ ਰਹਿਤ ਮੇਰਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੋਗੀ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1140)*
2. ਫਰੀਦਾ ਜਾ ਲਬੁ ਤਾ ਨੇਹੁ ਕਿਆ ਲਬੁ ਤ ਕੂੜਾ ਨੇਹੁ॥
   ਕਿਚਰੁ ਝਤਿ ਲਘਾਈਐ ਛਪਰਿ ਤੁਟੈ ਮੇਹੁ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1378)*
3. ਮਨ ਤੂੰ ਮਤ ਮਾਣੁ ਕਰਹਿ ਜਿ ਹਉ ਕਿਛੁ ਜਾਣਦਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਮਾਣਾ ਹੋਹੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)*
4. ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ॥
   ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ॥
   ਜਿਉ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲਿ ਨ ਹਾਰੀਐ ਤੇਵੇਹਾ ਪਾਸਾ ਢਾਲੀਐ॥
   ਕਿਛੁ ਲਾਹੇ ਉਪਰਿ ਘਾਲੀਐ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 474)*

10.0 ਆਚਰਣ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਸੁੱਖ ਨਹੀਂ; ਆਚਰਣ ਹੈ।

ਆਚਰਣ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਧੇ ਹੋਏ ਨੈਤਿਕ ਜੀਵਨ-ਚੱਜ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਚੰਗਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਘੜਨਹਾਰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਚਰਣ ਦਾ ਘੜਨਹਾਰਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੰਦੇ ਦਾ ਆਚਰਣ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਆਚਰਣ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਜੱਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਚਰਣ ਉਸ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕੀਰਤੀ ਦੂਜੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਚਰਣ ਅਸਲ ਵਸਤੂ ਹੈ, ਕੀਰਤੀ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪਰਛਾਵਾਂ ਹੈ। ਆਚਰਣ ਨੈਤਿਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਚਾਰ ਨੈਤਿਕ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਕਲਾਤਮਕ ਆਦਿ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਚਰਣ ਕਿਸੇ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਦੇ ਨਿਆਈਂ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਇਕ ਵਾਰੀ ਦਾਗ਼ਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪਹਿਲੇ ਵਰਗਾ ਸਫ਼ੇਦ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸਚਿਆਰਤਾ ਆਚਰਣ ਦਾ ਨੀਂਹ-ਪੱਥਰ ਹੈ। ਜਿਸ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਵੀ ਸੋਧ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਆਚਰਣ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਸੁਤੇ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਮੁਜਬ ਆਪਣਾ ਆਚਰਣ ਆਪ ਢਾਲਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਢਲ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਢਾਲਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਬੰਦਾ ਆਪਣਾ ਆਚਰਣ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਢਾਲ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਵੀ ਹਥੌੜੇ ਤੇ ਛੈਣੀ ਨਾਲ ਤਰਾਸ਼ਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ— ਹਥੌੜਾ ਨਾਮ ਦਾ, ਛੈਣੀ ਸ਼ਬਦ ਦੀ। ਇਹਨਾਂ ਬਾਝੋਂ ਸੱਚਾ ਆਚਰਣ ਨਹੀਂ ਘੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।[1] ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸ ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੰਦ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਮਨਮੁਖੀ ਦੁਰਾਚਾਰੀ ਜੀਵਨ ਹੀ ਜਿਊ ਸਕਦੇ ਹਨ।[2] ਪਰ ਜਿਸ ਨੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਆਚਰਣ ਸਾਧਣ ਦਾ ਚੱਜ ਸਿੱਖ ਲਿਆ, ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੌਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਦੁੱਖਾਂ ਕਸ਼ਟਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਚੱਜ ਸਿੱਖ ਲਿਆ, ਉਹ ਆਚਾਰਵੰਤ ਹੋ ਗਏ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠਾ ਬੜੀ ਉੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[4] ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸ ਇਹ ਚੱਜ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਭਾਵੇਂ ਕਰਨ, ਆਚਰਣ ਤੇ ਆਚਾਰ ਵਜੋਂ ਨਿਰਬਲ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[5]

---

1. (ੳ) ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਕੈਸੇ ਆਚਾਰ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1330)*
   (ਅ) ਬਿਨੁ ਸਬਦੈ ਆਚਾਰੁ ਨ ਕਿਨ ਹੀ ਪਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1285)*
2. ਨਾਮੁ ਨ ਚੇਤਹਿ ਸਬਦੁ ਨ ਵੀਚਾਰਹਿ ਇਹੁ ਮਨਮੁਖ ਕਾ ਆਚਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 508)*
3. ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਚਜੁ ਅਚਾਰੁ ਸਿਖੁ ਤੁਧੁ ਕਦੇ ਨ ਲਗੈ ਦੁਖੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 50)*
4. ਅਚਾਰਵੰਤਿ ਸਾਈ ਪਰਧਾਨੇ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 97)*
5. ਗਲੀ ਅਸੀ ਚੰਗੀਆ ਆਚਾਰੀ ਬੁਰੀਆਹ॥
   ਮਨਹੁ ਕੁਸੁਧਾ ਕਾਲੀਆ ਬਾਹਰਿ ਚਿਟਵੀਆਹ॥
   ਰੀਸਾ ਕਰਿਹ ਤਿਨਾੜੀਆ ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਦਰੁ ਖੜੀਆਹ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 85)*

10.1 ਆਚਰਣਕ ਗੁਣ

ਸੱਚ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗਵਾਹੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਆਪ ਭਰਦਾ ਹੈ।

10.1.1 ਸੱਚ

ਅਧਿਆਤਮ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸੱਚ ਦਾ ਅਰਥ, ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਸੱਚ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਡੇਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ, ਬ੍ਰਹਮ ਹੈ, ਜੋ ਹੈ ਵੀ ਤੇ ਸਦਾ ਰਹੇਗਾ ਵੀ:

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥ *(ਪੰਨਾ 1)*

ਜੋ ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਸੱਚ ਵਿਚ ਸਮਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[1] ਸੱਚ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਅਸੱਚ ਉਪਰ ਸਦਾ ਜੇਤੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਉਹ ਹੈ, ਜੋ ਸਦੀਵਕਾਲ ਸਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਗ਼ਲਤ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਅਸੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗ਼ਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਉਪਰ ਵੱਲ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ, ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ ਸ੍ਵੱਛ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੂੜ ਦੀ ਮੈਲ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਉਖਾੜ ਕੇ ਹੂੰਝ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਇਸ ਸੱਚ ਨਾਲ ਆਸ਼ਨਾਈ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ, ਜੋ ਸੱਚ ਹੈ, ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਸੱਚੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਊਣ ਦੀ ਜਾਚ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀ ਧਰਤੀ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦਾ ਬੀਜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਲੀਭੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਸਚਾ ਹੋਇ ॥ ਕੂੜ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਤਨੁ ਕਰੇ ਹਛਾ ਧੋਇ ॥
ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਚਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥ ਨਾਉ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਤਾ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥
ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ ॥ ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ ॥
ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ ॥ ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ ॥
(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)

ਸੱਚ ਸਦੀਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ; ਅਸੱਚ ਛਿਜਦਾ ਤੇ ਬਿਨਸਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਪਿਆਰ ਹੀ ਸੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2]

ਹਰ ਛੋਟਾ ਸੱਚ ਓਦੋਂ ਹੀ ਸੱਚ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਉਹ ਵੱਡੇ ਨਿਹਕੇਵਲ ਸੱਚ 'ਤੇ ਆਸ਼੍ਰਿਤ ਹੋਵੇ। ਜੋ ਉਸ ਉਪਰ ਆਸ਼੍ਰਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਹ ਉਪਰੋਂ ਭਾਵੇਂ ਸੱਚ ਜਾਪਦਾ ਹੋਵੇ, ਅੰਦਰੋਂ ਸੱਚ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਅਸਲੋਂ ਸੱਚ ਹੈ, ਨਾ ਉਹ ਪੁਰਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਛਿਜਦਾ ਹੈ।[3]

ਸੱਚ ਨਿਰੀ ਕਲਪਨਾ ਦੀ ਵਸਤ ਨਹੀਂ; ਨਾ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਸਤ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਅਸਲੋਂ ਆਚਰਣ ਦੀ ਵਸਤ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੱਚ ਆਚਰਣ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਵੱਸਿਆ, ਕੇਵਲ ਕਲਪਨਾ ਦਾ ਅੰਗ ਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਜੇ ਉੱਚਤਮ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਬਣਿਆ।[4]

---

1. ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਜਿਨਿ ਸਚੁ ਕਰਿ ਜਾਤਾ ॥
   ਨਾਨਕ ਸੋ ਜਨੁ ਸਚਿ ਸਮਾਤਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 283)*
2. ਦਿਲਹੁ ਮੁਹਬਤਿ ਜਿੰਨ੍ ਸੇਈ ਸਚਿਆ ॥
   ਜਿਨ੍ ਮਨਿ ਹੋਰੁ ਮੁਖਿ ਹੋਰੁ ਸਿ ਕਾਂਢੇ ਕਚਿਆ ॥ *(ਆਸਾ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 488)*
3. ਸਚੁ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਸੀਤਾ ਕਦੇ ਨ ਪਾਟੈ ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 956)*
4. ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 62)*

10.1.2.1 ਨਿਮ੍ਰਤਾ - 1

ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਹੀਣ ਬੋਲ ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਰੌਲਾ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਾਲੇ ਦਿਲ ਜਿੱਤ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਸ਼ੁਭ-ਗੁਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਐਸਾ ਗੁਣ ਹੈ, ਜੋ ਆਪ ਵੀ ਸ਼ਾਂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਿਚ ਮਿੱਠਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਮਿੱਠਤ ਚੰਗਿਆਈਆਂ ਦਾ ਤੱਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[1]

ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅੱਗੇ ਜਾਂ ਆਪਣਿਆਂ ਅੱਗੇ ਤਾਂ ਨਿਵਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹੋਰਨਾਂ ਅੱਗੇ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਨਿਉਂਦਾ ਹੈ।[2] ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਸ਼ਰਧਾਵਾਨ ਹੋਵਣ ਵੀ ਤਾਂ ਵੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਇਸ ਗੁਣ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਾਂ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਦਰਅਸਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹੀ ਜੀਅ ਤਕੜਾ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਧੂ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਧ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਸੈਨਾ ਸਾਧ ਸਮੂਹ ਸੂਰ ਅਜਿਤੰ ਸੰਨਾਹੰ ਤਨਿ ਨਿੰਮ੍ਰਤਾਹ ॥

(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1356)

ਅਰਥਾਤ, ਸਾਧੂ ਲੋਕ ਰੂਹਾਨੀ ਜੋਧਿਆਂ ਦੀ ਅਜਿੱਤ ਫ਼ੌਜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇ ਜ਼ੱਰਾ ਬਕਤਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਅਭਿਮਾਨ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ 'ਨਾ ਨਿਵਣ' ਦਾ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਸਲੋਕ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਕ ਸੱਸ ਆਪਣੀ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, "ਹੇ ਭਾਰੇ ਥਣਾਂ ਵਾਲੀਏ, ਕੁਝ ਗੰਭੀਰਤਾ ਦਾ ਸਬੂਤ ਤਾਂ ਦੇ।" ਤਾਂ ਨੂੰਹ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, "ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ, ਭਾਰੇ ਥਣ ਮੈਨੂੰ ਤੇਰੇ ਅੱਗੇ ਝੁਕਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।" ਤਦ ਸੱਸ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, "ਪਹਾੜਾਂ ਜਿੱਡੇ ਉੱਚੇ ਮਹੱਲ ਵੀ ਮੈਂ ਢਹਿੰਦੇ ਵੇਖੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਥਣਾਂ ਦਾ ਮਾਣ ਛੋੜ ਦੇ।"[3]

---

1. ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*
2. ਸਭੁ ਕੋ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ ॥
ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੂ ਤੋਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ ਹੋਇ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*
3. ਉਤੰਗੀ ਪੈਓਹਰੀ ਗਹਿਰੀ ਗੰਭੀਰੀ ॥
ਸਸੁੜਿ ਸੁਹੀਆ ਕਿਵ ਕਰੀ ਨਿਵਣੁ ਨ ਜਾਇ ਥਣੀ ॥
ਗਚੁ ਜਿ ਲਗਾ ਗਿੜਵੜੀ ਸਖੀਏ ਧਉਲਹਰੀ ॥
ਸੇ ਭੀ ਢਹਦੇ ਡਿਠੁ ਮੈ ਮੁੰਧ ਨ ਗਰਬੁ ਥਣੀ ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1410)*

10.1.2.2 ਨਿਮ੍ਰਤਾ (ਕੂੜਾਵੀ) - 2

ਸੱਚੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਜਿਤਨੀ ਪਿਆਰੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਕੂੜਾਵੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਤੋਂ ਉਤਨੀ ਹੀ ਘਿਨ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਨਿਮ੍ਰਤਾ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣਾ ਤੇ ਖਿਮਾ ਕਰਨਾ ਬੜੇ ਉੱਚੇ ਗੁਣ ਗਿਣੇ ਗਏ ਹਨ।[1] ਸਭ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਭਿਆਸ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਐਪਰ ਕੂੜਾਵੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇ ਅਭਿਆਸੀ ਬਹੁਤ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਕ ਤਾਂ ਅਪਰਾਧੀ ਦੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਭਾਰ ਥੱਲੇ ਦੂਣਾ ਨਿਵ ਕੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ,[2] ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮਿਰਗ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਨੀਵਾਂ ਹੋ ਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਸ ਨਿਵਣ ਦਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਕੀ ਜੇਕਰ ਹਿਰਦਾ ਭੈੜੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।[3] ਐਸੇ ਲੋਕ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸ਼ਕਲ ਦੇ ਸੁੰਦਰ ਤੇ ਬੋਲ ਦੇ ਮਧੁਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦਿਲ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਲਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜੇ ਨਿਵਣ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਝੂਠਾ ਨਿਵਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਨਿਮਾਣੇ ਹੋਣ ਦਾ ਮਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਭਿਮਾਨ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁਣ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਪੱਠੇ ਪਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵੇਖੋ, ਕਿਤਨੇ ਮੰਦਰ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਉਣ ਰੱਬ ਲਈ ਉਹ ਮੰਦਰ ਬਣਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ? ਲੋਕ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮਣੇ ਲਈ ਮੰਦਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮੂਰਤੀਆਂ ਬਣਵਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਬੰਦੇ ਦੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਮੂਰਤੀਆਂ ਅੱਗੇ ਨਿਵਦੇ ਹਨ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਬੁੱਤ ਘਾੜੇ ਨੇ ਮੂਰਤੀ ਦੀ ਛਾਤੀ ਉਪਰ ਪੈਰ ਰੱਖ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਘੜਿਆ, ਜੇ ਉਹ ਸੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਘੜਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹੀ ਨਾ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ?[4] ਪਰ ਉਸੇ ਅੱਗੇ ਉਹ ਵੀ ਨਿਵਦਾ ਹੈ।

ਅਮੀਰਾਂ ਅੱਗੇ ਸਭ ਨਿਵਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਪੈਸੇ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਨਿਵਣਾ ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼ੀ ਦਾ ਨਿਵਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਨੈਤਿਕ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[5]

---

1. ਨਿਵਣੁ ਸੁ ਅਖਰੁ ਖਵਣੁ ਗੁਣੁ ਜਿਹਬਾ ਮਣੀਆ ਮੰਤੁ ॥
ਏ ਤ੍ਰੈ ਭੈਣੇ ਵੇਸ ਕਰਿ ਤਾਂ ਵਸਿ ਆਵੀ ਕੰਤੁ ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1384)*
2. ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੋ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ ॥
ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*
3. ਸਿਆਮਲੰ ਮਧੁਰ ਮਾਨੁਖੵੰ ਰਿਦਯੰ ਭੂਮਿ ਵੈਰਣਹ ॥
ਨਿਵੰਤਿ ਹੋਵੰਤਿ ਮਿਥਿਆ ਚੇਤਨੰ ਸੰਤ ਸ੍ਵਜਨਹ ॥ *(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1359)*
4. ਪਾਖਾਨ ਗਢਿ ਕੈ ਮੂਰਤਿ ਕੀਨ੍ਹੀ ਦੇ ਕੈ ਛਾਤੀ ਪਾਉ ॥
ਜੇ ਏਹ ਮੂਰਤਿ ਸਾਚੀ ਹੈ ਤਉ ਗੜ੍ਹਣਹਾਰੇ ਖਾਉ ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 479)*
5. ਆਥਿ ਦੇਖਿ ਨਿਵੈ ਜਿਸੁ ਦੋਇ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਦਖਣੀ ਓਅੰਕਾਰੁ, ਪੰਨਾ 931)*

10.1.3 ਸੰਤੋਖ

ਮੱਧਮ ਅੱਗ ਨਿੱਘ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਤਿੱਖੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾੜ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਸੰਤੋਖ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ ਸੰਤੋਸ਼ ਦਾ ਤਦਭਵ ਰੂਪ ਹੈ। ਉਸੇ ਬੋਲੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਸਮਤੁਸ਼ (ਤਸੁ = ਖ਼ੁਸ਼ੀ) ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ ਉਸੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਸੰਨ ਰਹਿਣਾ। ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਰੱਜ' ਅਥਵਾ 'ਸਬਰ'। ਇਹ ਸੰਤੋਖ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਥੰਮ੍ਹ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੇ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਧਾਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਧੌਲੇ ਬਲਦ ਨੇ ਨਹੀਂ।[1] ਇਹੋ ਨੇਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕ ਨੈਤਿਕ ਨੇਮ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਜਦੋਂ ਜੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਨੈਤਿਕਤਾ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸੰਤੋਖ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਦੇ ਹਨ।[2] ਸੰਤੋਖ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣ ਵਾਂਗ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਰੀਝਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਹੈ:

ਜਾਇ ਪੁਛਹੁ ਸੋਹਾਗਣੀ ਤੁਸੀ ਰਾਵਿਆ ਕਿਨੀ ਗੁਣੀ॥
ਸਹਜਿ ਸੰਤੋਖਿ ਸੀਗਾਰੀਆ ਮਿਠਾ ਬੋਲਣੀ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 17)*

ਜਿਸ ਪਾਸ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਗ਼ਰੀਬ ਹੈ। ਸੰਤੋਖਵਾਨ ਜੇਡਾ ਅਮੀਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸੰਤੋਖੀ ਪੁਰਸ਼ ਦੇ ਜੰਜਾਲ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[3] ਜੋ ਸੰਤੋਖੀ ਹੋ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਜੰਜਾਲਾਂ ਵਾਲੀ ਘਾਲਨਾ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ। ਸੰਤੋਖ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਘਾਲਨਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[4] ਇਹ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਦਾਤ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਪਰਵਾਨ ਕਰਨ ਰਾਹੀਂ ਲੱਭਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਮੰਗਦਾ, ਰੱਬ ਪਾਸੋਂ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਮੰਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਸੰਤੋਖ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[5]

ਸੰਤੋਖਵਾਨ ਦਾ ਅੰਦਰਾ ਰੱਜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਉਸ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਕਾਮਨਾ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ।[6] ਪਰ ਜੋ ਉਪਰੋਂ ਸੰਤੋਖੀ ਦਿਸਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜਦ ਦਾਨ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਹਜ਼ਾਰ ਗੁਣਾ ਦੀ ਆਸ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।[7] ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨ। ਅਸਲ ਸੰਤੋਖ ਤਾਂ ਸੱਚੇ ਰੱਬ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਰਨਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗਣਾ ਹੈ।[8]

---

1. ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ॥
 ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*
2. ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਝੋਲੀ ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ॥
 ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ॥
 ਆਈ ਪੰਥੀ ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*
3. ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸੰਤੋਖੀਆਂ ਚੂਕੈ ਆਲ ਜੰਜਾਲੁ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1279)*
4. ਸੰਤੋਖੁ ਨ ਆਵਤ ਕਹੂੰ ਕਾਜ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1192)*
5. ਵਿਣੁ ਤੁਧੁ ਹੋਰੁ ਜਿ ਮੰਗਣਾ ਸਿਰਿ ਦੁਖਾ ਕੈ ਦੁਖ॥
 ਦੇਹਿ ਨਾਮੁ ਸੰਤੋਖੀਆ ਉਤਰੈ ਮਨ ਕੀ ਭੁਖ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 958)*
6. ਅੰਦਰੁ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਸੰਤੋਖਿਆ ਫਿਰਿ ਭੁਖ ਨ ਲਗੈ ਆਇ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 649)*
7. ਸਤੀਆ ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਉਪਜੈ ਦੇਣੈ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ॥
 ਦੇ ਦੇ ਮੰਗਹਿ ਸਹਸਾ ਗੂਣਾ ਸੋਭ ਕਰੇ ਸੰਸਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
8. ਸੇਵ ਕੀਤੀ ਸੰਤੋਖੀਈ ਜਿਨ੍ਹੀ ਸਚੋ ਸਚੁ ਧਿਆਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*

10.1.4.1 ਧੀਰਜ - 1

ਧੀਰਜ ਆਸਵੰਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕਲਾ ਹੈ।

ਧੀਰਜ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਪਦ ਧੈਰਯ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸਬਰ, ਹੌਸਲਾ, ਮਨ ਦੀ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ। ਇਹ ਅੱਗੇ ਦੋ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਅਰਥ ਧੀਰਜ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜਾ ਧੀਰਜ ਦੇਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ।

ਧੀਰਜ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਧੀਰਜ ਵਿਚ ਆਉਣ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਚਿਤ ਦਾ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ; ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਤੇ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਦੌਰਾਨ ਦਿਲ ਦਾ ਤਕੜਿਆਂ ਰਹਿਣਾ, ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਕੋਈ ਘਬਰਾਹਟ ਨਾ ਹੋਣੀ, ਚਿੱਤ ਦਾ ਇਕਸਾਰ ਟਿਕੇ ਰਹਿਣਾ। ਇਹਨਾਂ ਅਰਥਾਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ :

ਧੀਰਉ ਸੁਨਿ ਧੀਰਉ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 700)*

ਇਕ ਹੋਰ ਮਿਸਾਲ ਉਸ ਕਾਮਣੀ ਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਬੜੇ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਬੰਨ੍ਹਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸੁਰਮਾ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।[1]

ਐਸਾ ਧੀਰਜ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ? ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਤੋਂ ਤੇ ਗੁਰੂ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਅੱਗੋਂ ਗੁਰੂ ਨਾਮ ਜਪਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਜਪਣ ਦੀ ਜੁਗਤ ਵੀ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਜਾਪ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਧੀਰਜ ਕੁਦਰਤਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਜਦ ਧੀਰਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੁਖ ਦਰਦ ਮਨ ਨੂੰ ਡੁਲਾਉਂਦੇ ਨਹੀਂ। ਕੋਈ ਘਬਰਾਹਟ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਦੀ; ਕੋਈ ਪੀੜਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[4] ਜਦ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਟੱਲ, ਇਕਸਾਰ ਧੀਰਜ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਰੰਬੇ ਨਾਲ ਖੁਰਚਿਆ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਚੰਦਨ ਨਾਲ ਪੋਚਿਆ ਜਾਣਾ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[5]

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਰਾਹੀਂ ਜਦ ਮਨ ਪੂਰਨ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਅੰਦਰ ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਉਪਜਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਂਹਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਚਾਹਨਾ ਤੀਖਣ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਬਿਨਾਂ ਇਕ ਖਿਨ ਵੀ ਬਿਤਾਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6]

---

1. ਧੀਰਜੁ ਧੜੀ ਬੰਧਾਵੈ ਕਾਮਣਿ ਸ੍ਰੀਰੰਗੁ ਸੁਰਮਾ ਦੇਈ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 359)*
2. ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਮੋਹਿ ਸਾਧੁ ਮਿਲਾਇਆ ॥
   ਮਨੁ ਤਨੁ ਸੀਤਲੁ ਧੀਰਜੁ ਪਾਇਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 98)*
3. ਹਰਿ ਜਪਿ ਜਪੇ ਮਨੁ ਧੀਰੇ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 132)*
4. ਜਾ ਕਉ ਤੁਮ ਦੀਨੀ ਪ੍ਰਭ ਧੀਰ ॥
   ਤਾ ਕੈ ਨਿਕਟਿ ਨ ਆਵੈ ਪੀਰ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 188)*
5. ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਧੀਰਜੁ ਏਕ ॥
   ਜਿਉ ਬਸੁਧਾ ਕੋਊ ਖੋਦੈ ਕੋਊ ਚੰਦਨ ਲੇਪ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 272)*
6. ਪੀਰ ਗਈ ਬਾਧੀ ਮਨਿ ਧੀਰਾ ਮੋਹਿਓ ਅਨਦ ਧੁਨੀ ॥
   ਉਪਜਿਓ ਚਾਉ ਮਿਲਨ ਪ੍ਰਭ ਪ੍ਰੀਤਮ ਰਹਨੁ ਨ ਜਾਇ ਖਿਨੀ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 829)*

10.1.4.2 ਧੀਰਜ - 2

ਧੀਰਜ ਰੱਖੀਏ ਤਾਂ ਸ਼ਹਿਤੂਤ ਦੇ ਪੱਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਰੇਸ਼ਮੀ ਓੜ੍ਹਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧੀਰਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਧੀਰਜਵਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਅਰਥ ਅਸਾਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਧੀਰਜ ਦੇਣ ਦੇ ਅਰਥ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਾਂ। ਧੀਰਜ ਦੇਣ ਦੇ ਅਰਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣਾ, ਧਰਵਾਸਾ ਦੇਣਾ, ਸਹਾਰਾ ਦੇਣਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਰਥਾਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਹੇਠਲੀ ਤੁਕ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਵੇਗੀ :

ਭਾਵੈ ਧੀਰਕ ਭਾਵੈ ਧਕੇ ਏਕ ਵਡਾਈ ਦੇਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 349)*

ਐਸਾ ਧੀਰਜ ਕੌਣ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਕੇਵਲ ਉਹੋ ਜੋ ਆਪ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੇ। ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਤਾਂ ਐਸਾ ਧੀਰਜ ਦੇ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਕੋਈ ਐਸਾ ਨਹੀਂ ਜੋ ਕਾਲ ਦਾ ਡਰ ਨਿਵਿਰਤ ਕਰ ਸਕੇ। ਉਹ ਤਾਂ ਆਪ ਡਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਡਰ ਤੋਂ ਵੀ ਮੁਕਤ ਕਰਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[1] ਗੁਰੂ ਤਾਂ ਮਿਹਰ ਦੀ ਇਕ ਨਜ਼ਰ ਹੀ ਕਰ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਧੀਰਜ ਹੀ ਧੀਰਜ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2]

ਅਸੀਂ ਇਸ ਜਗਤ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਬਿਲਕੁਲ ਇਕੱਲੇ ਹਾਂ। ਇਕ ਮਾਲਕ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੈ। ਏਡੀ ਘੋਰ ਇਕੱਲਤਾ ਵਿਚ ਧੀਰਜ ਕਿਵੇਂ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਬਿਹਬਲ ਆਤਮਾ ਪ੍ਰਭੂ-ਮਾਲਕ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਬਿਨਾਂ ਢਾਰਸ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕੇਗੀ ?[3]

ਸੋ, ਇਹ ਢਾਰਸ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਜਾਂ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ, ਜਿਸ ਦਾ ਦਾਤਾ ਗੁਰੂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਗੁਰੂ ਨਾਮ ਜਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਧੀਰਜ ਦੇ ਮਹਾਨ ਸੋਮੇ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਜਾਪ ਤੋਂ ਧੀਰਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਾਪ ਹਰੀ ਨਾਮ ਦਾ ਰਿੜਕਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਤਨਾ ਸਹਿਜ ਰਿੜਕਿਆ ਜਾਵੇ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਵਧੇਰੇ ਤੱਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੇ ਨਾਲ ਗੁਣ-ਗਾਇਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵੀ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਵੀ ਤਾਂ ਚੇਤੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਜੋ ਬੜੇ ਧੀਰਜਵਾਨ ਸਨ, ਇਸ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਇਉਂ ਭਰਦੇ ਹਨ :

ਜਾਤਿ ਜੁਲਾਹਾ ਮਤਿ ਕਾ ਧੀਰੁ॥
ਸਹਜਿ ਸਹਜਿ ਗੁਣ ਰਮੈ ਕਬੀਰੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 328)*

---

1. ਵਡੇ ਕਹਾਵਹਿ ਹਉਮੈ ਤਨਿ ਪੀਰਾ॥
ਕਾਲੁ ਨ ਛੋਡੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਧੀਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 227)*
2. ਏਕ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਤਾਰੇ ਗੁਰ ਪੂਰਾ॥
ਗੁਰੁ ਮਾਨੈ ਮਨ ਤੇ ਮਨੁ ਧੀਰਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 413)*
3. ਸੁਣਿ ਨਾਹ ਪ੍ਰਭੂ ਜੀਉ ਏਕਲੜੀ ਬਨ ਮਾਹੇ॥
ਕਿਉ ਧੀਰੈਗੀ ਨਾਹ ਬਿਨਾ ਪ੍ਰਭ ਵੇਪਰਵਾਹੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 243)*
4. ਹਰਿ ਕਾ ਬਿਲੋਵਨਾ ਬਿਲੋਵਹੁ ਮੇਰੇ ਭਾਈ॥
ਸਹਜਿ ਬਿਲੋਵਹੁ ਜੈਸੇ ਤਤੁ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 478)*

10.1.4.3 ਧੀਰਜ - 3

ਧੀਰਜ ਦਾ ਰੁੱਖ ਤਾਂ ਕੌੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਫਲ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਾਹ ਪਿਆਰ ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸੇ ਦੇ ਗੁਣ ਬਾਰ ਬਾਰ ਅੱਖਾਂ ਅੱਗੇ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਇਕ ਅਵਸਥਾ ਇਹ ਵੀ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪਿਆਰ ਤਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਿਆਰੇ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਤਦ ਕਦੇ ਧੀਰਜ ਦੀ ਥਾਂ ਅਧੀਰਤਾ ਵੀ ਆਣ ਵਰਤਦੀ ਹੈ:

ਦਾਸਾ ਨਹ ਭਾਵਏ ਬਿਨੁ ਦਰਸਾਵਏ ਇਕ ਖਿਨੁ ਧੀਰਜੁ ਕਿਉ ਕਰੈ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 80)

ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਵਿਛੋੜਾ ਬੜਾ ਦਰਦਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਦਰਦ ਝੱਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।[1] ਵਿਛੜੇ ਹੋਏ ਤਾਂ ਉਸ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਵਾਂਗ ਕੁਰਲਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸ੍ਵਾਂਤਿ ਬੂੰਦ ਵਾਸਤੇ ਵਿਲਕ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਉਹ ਤਾਂ ਜਿਤਨਾ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੇ ਕਾਰਨਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਚਿਤਵਦੇ ਹਨ, ਉਤਨੇ ਹੋਰ ਬਿਮੋਹਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਬਿਨਾਂ ਉਦਾਸੀ ਵਿਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਬਾਝ ਧੀਰਜ ਕਿਵੇਂ ਪਰਤੇ ?[3] ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਾਂ ਇਕ ਇਕ ਪਲ ਕਲਜੁਗ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਵਿਛੋੜੇ ਦੀ ਰਾਤ ਗੁਜ਼ਰਦੀ ਹੈ।[4] ਉਹ ਤਾਂ ਇਕ ਭੋਰੀ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਜਾਨ ਤਕ ਵਾਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਧੀਰਜ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨ ?[5] ਹੋਰ ਕੋਈ ਥਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਜਿਥੋਂ ਧੀਰਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ।[6] ਬਿਰਹੀ ਨੂੰ ਧੀਰਜ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੇ ਮਿਲਾਪ, ਉਸ ਦੇ ਵਸਲ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਵੈਰਾਗ ਹੀ ਵੈਰਾਗ ਤੁਰਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਧੀਰਜ ਕਿਥੋਂ ਆਏ ?[7]

ਬਿਰਹੀ ਤਾਂ ਤਦ ਤੋੜੀ ਕੁਰਲਾਈ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਤਕ ਪਿਆਰੇ ਨਾਲ ਵਸਲ ਹੋ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਅਰਦਾਸਾਂ ਜੋਦੜੀਆਂ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਸ ਰੱਖੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੀਤਮ ਸੁਣੇਗਾ ਤੇ ਦੀਦਾਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਤਦੇ ਹੀ ਇਹ ਅਧੀਰਤਾ ਮਿਟੇਗੀ ਤੇ ਧੀਰਜ ਮੁੜ ਵਰਤੇਗਾ:

ਢਾਢੀ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਸੁਣਾਇਸੀ॥
ਅੰਦਰਿ ਧੀਰਕ ਹੋਇ ਪੂਰਾ ਪਾਇਸੀ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 510)*

---

1. ਵੈਸਾਖਿ ਧੀਰਨਿ ਕਿਉ ਵਾਢੀਆ ਜਿਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਬਿਛੋਹੁ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*
2. ਚਾਤ੍ਰਿਕੁ ਜਲ ਬਿਨੁ ਪ੍ਰਿਉ ਪ੍ਰਿਉ ਟੇਰੈ ਬਿਲਪ ਕਰੈ ਬਿਲਲਾਈ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1273)*
3. ਚਲਤਾ ਤੁਮਾਰੇ ਦੇਖਿ ਮੋਹੀ ਉਦਾਸ ਧਨ ਕਿਉ ਧੀਰਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 247)*
4. ਇਕ ਘੜੀ ਨ ਮਿਲਤੇ ਤਾ ਕਲਿਜੁਗੁ ਹੋਤਾ॥
   ਹੁਣਿ ਕਦਿ ਮਿਲੀਐ ਪ੍ਰਿਅ ਤੁਧੁ ਭਗਵੰਤਾ॥
   ਮੋਹਿ ਰੈਣਿ ਨ ਵਿਹਾਵੈ ਨੀਦ ਨ ਆਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਖੇ ਗੁਰ ਦਰਬਾਰੇ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 96-97)*
5. ਤਿਸੁ ਦਸਿ ਪਿਆਰੇ ਸਿਰੁ ਧਰੀ ਉਤਾਰੇ ਇਕ ਭੋਰੀ ਦਰਸਨੁ ਦੀਜੈ॥
   ਨੈਨ ਹਮਾਰੇ ਪ੍ਰਿਅ ਰੰਗ ਰੰਗਾਰੇ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਭੀ ਨਾ ਧੀਰੀਜੈ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 703)*
6. ਦੂਜੀ ਨਾਹੀ ਜਾਇ ਕਿਨਿ ਬਿਧਿ ਧੀਰੀਐ॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 322)*
7. ਮਾਈ ਕਹਾ ਕਰਉ ਇਹੁ ਮਨੁ ਨ ਧੀਰੈ॥
   ਪ੍ਰਿਅ ਪ੍ਰੀਤਮ ਬੈਰਾਗੁ ਹਿਰੈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 373)*

10.1.5 ਦਇਆ

ਜਿਥੇ ਦਇਆ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਰੱਬ ਵੱਸਦਾ ਹੈ।

ਦਇਆ ਇਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਹੈ। ਇਹ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਨਿਕਲੇ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ (ਦਇਆਲ, ਦਇਆਰ, ਦਇਆਪਤਿ ਆਦਿ) ਕਈ ਸੌ ਵਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਜਾਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਇਸ ਗੁਣ ਦੇ ਵਾਚਕ ਹੋ ਕੇ ਆਏ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਇਹ ਗੁਣ ਸਾਂਝਾ ਹੈ:

ਆਪੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਆਪਿ ਹਰਿ ਆਪੇ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਇ॥
ਆਪਿ ਦਇਆ ਕਰਿ ਮੇਲਸੀ ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਪੀਛੈ ਪਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 41)*

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਰਬ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ਹੋਣ ਦਾ ਗੁਣ ਉਸ ਦੀ ਅਵਿਰਲ ਦਇਆ ਦਾ ਸੂਚਕ ਹੈ।[1] ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਦਇਆ ਵੀ ਉਸੇ ਦੇ ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[2] ਉਹ ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਭ ਜੀਅ ਜੰਤ ਦਇਆਵਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[3]

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਤਿ ਹੋਛੀ ਹੈ, ਪਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਦਇਆ ਕਾਰਨ ਉੱਤਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।[4] ਜਦ ਮਤਿ ਇਉਂ ਸਉਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਕੇਵਲ ਸੰਤੋਖ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦਾ ਦਿਲ ਸਭ ਜੀਆਂ ਲਈ ਦਇਆਵਾਨ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਤਿ ਉੱਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਮਾਇਆਵੀ ਰੁਚੀਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਮਿਲਣ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਨਾਲ ਲੈਣ ਦੇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਦਇਆ ਵਾਲੀ, ਪਿਆਰ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।[5]

ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹੇ ਹੋਏ ਉਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਵਿਛੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਿਰਦਈ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐਸਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਨੀ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ।[6]

ਡੂਮਣੀ ਕੁਬੁਧ ਤੇ ਚੂਹੜੀ ਨਿੰਦਾ ਤੇ ਚੰਡਾਲ ਕ੍ਰੋਧ ਦੇ ਨਾਲ ਕਸਾਇਣ ਕੁਦਇਆ, ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਚਉਕੇ ਵਿਚ ਹੀ ਆ ਬਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।[7] ਸੱਚ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਲਈ ਦਇਆ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[8]

---

1. ਦਇਆ ਧਾਰੀ ਤਿਨਿ ਸਿਰਜਨਹਾਰੇ॥ ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਗਲੇ ਪ੍ਰਤਿਪਾਰੇ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 103)*
2. ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰ ਮਇਆ॥ ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ਦਇਆ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 180)*
3. ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਭਏ ਦਇਆਲਾ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੇ ਕਰਿ ਦੀਨੇ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 626)*
4. ਪ੍ਰਭ ਦਇਆ ਤੇ ਮਤਿ ਊਤਮ ਹੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 271)*
5. ਦਰਸਨਿ ਦੇਖਿਐ ਦਇਆ ਨ ਹੋਇ॥ ਲਏ ਦਿਤੇ ਵਿਣੁ ਰਹੈ ਨ ਕੋਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 350)*
6. ਮਹਾ ਮੋਹਨੀ ਦੂਤਾ ਲਾਈ॥ ਪ੍ਰੇਮ ਬਿਛੋਹਾ ਕਰਤ ਕਸਾਈ॥
   ਨਿਰਦੈ ਜੰਤੁ ਤਿਸੁ ਦਇਆ ਨ ਪਾਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 745)*
7. ਕੁਬੁਧਿ ਡੂਮਣੀ ਕੁਦਇਆ ਕਸਾਇਣਿ ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਘਟ ਚੂਹੜੀ ਮੁਠੀ ਕ੍ਰੋਧਿ ਚੰਡਾਲਿ॥
   ਕਾਰੀ ਕਢੀ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾਂ ਚਾਰੇ ਬੈਠੀਆ ਨਾਲਿ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 91)*
8. ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ॥
   ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*

10.1.6.1 ਵਿਸਾਹ - 1

ਜਿਥੇ ਸਦਾਕਤ ਨਹੀਂ, ਉਥੇ ਵਿਸਾਹ ਨਹੀਂ ਪੁੰਗਰ ਸਕਦਾ।

ਵਿਸਾਹ ਦੇ ਸਮ-ਅਰਥਕ ਸ਼ਬਦ ਹਨ: ਵੇਸਾਹ, ਵਿਸ਼੍ਵਾਸ, ਨਿਸਚਾ, ਯਕੀਨ, ਏਤਬਾਰ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿਸੇ ਪੁਰ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਨਾ ਕਿ (1) ਜੋ ਉਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਸੱਚ ਹੈ, (2) ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਤੇ (3) ਧੋਖਾ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ।

ਇਕ ਵਿਸਾਹ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਮਨੌਤਾਂ ਪੁਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਤਨਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਨੌਤਾਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਹਨ। ਪਰ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇ।

ਇਕ ਵਿਸਾਹ ਵਿਗਿਆਨਕ ਮਨੌਤਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਪ੍ਰਤੱਖ ਗਿਆਨ ਪੁਰ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਦਾ ਹੀ ਥੁੜ-ਜੀਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਤੋਂ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਕੱਲ ਤਕ ਸੱਚ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਅੱਜ ਗ਼ਲਤ ਸਾਬਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਕ ਵਿਸਾਹ ਵਪਾਰੀਆਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਪਾਰ ਵਿਚ ਉਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਧੋਖਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਲੋੜ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਜਿਸ ਵਿਸਾਹ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਵਿਸਾਹ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਇਹ ਅੱਧਾ-ਅਧੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕੱਚਾ ਪਿੱਲਾ। ਇਹ ਮੁਕੰਮਲ, ਪੂਰਾ ਵਿਸਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਇਹ ਤਦਅਰਥਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਦੀਵਕਾਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸੰਦੇਹ ਦੀ, ਸ਼ੱਕ ਦੀ, ਕੋਈ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਵਿਸਾਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੈ,[2] ਉਸ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਧਰਵਾਸ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਅੰਗ-ਸੰਗਤਾ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਹੈ।[3] ਇਹੋ ਸੱਚ-ਵਿਸਾਹ ਹੈ। ਨਾਮ ਤੇ ਨਾਮੀ ਇਕ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹੋ ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਹੈ:

ਮੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਹੁ ਹੈ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਜਤਿ ਪਤਿ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 82)

ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਇਸੇ ਦੇ ਸਦਕੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਬਾਦ ਗੁਰੂ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਜੋਤਿ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5]

---

1. ਭਗਤ ਰਤੇ ਰੰਗਿ ਏਕ ਕੈ ਪੂਰਾ ਵੇਸਾਹੁ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 556)*
2. ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ਕਾ ਭਇਆ ਬਿਸਾਸੁ॥ *(ਗੋਂਡ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 867)*
3. ਘਰਿ ਬਾਹਰਿ ਤੇਰਾ ਭਰਵਾਸਾ ਤੂ ਜਨ ਕੈ ਹੈ ਸੰਗਿ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 677)*
4. ਹਰਿ ਕੀ ਦਰਗਹ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਹਾ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1339)*
5. ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 13)*

10.1.6.2 ਵਿਸਾਹ - 2

ਵਿਸਾਹ ਕੇਵਲ ਕਰਤੇ ਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਜਦ ਆਪਣਾ ਹੀ
ਵਿਸਾਹ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਰਾਂ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਵਿਸਾਹ ਤੋਂ ਬਾਦ ਕੇਵਲ ਉਹਨਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਵਿਸਾਹੀ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੇ ਪਾਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਨ ਦੇ ਆਸਰੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਪਾਤਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।[1] ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਬੇਇਤਬਾਰਾ ਹੈ।[2] ਉਹ ਤਾਂ ਸੁਦਾਈ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੁਦਾਅ ਹੀ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਉਹ ਟਿੱਕ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਮਨ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਤਾਂ ਪ੍ਰੇਯ ਦੇ ਮਗਰ ਦੌੜਦਾ ਹੈ, ਸ਼੍ਰੇਯ ਵੱਲ ਉਸ ਦੀ ਰੁਚੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਸੁਆਰਥ ਵੱਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸੁਆਰਥੀ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਜੇਕਰ ਮਨ ਦਾ ਕੋਈ ਇਤਬਾਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਦੇਹੀ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਇਤਬਾਰ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਕੱਚੇ ਭਾਂਡੇ ਵਾਂਗ ਹੈ, ਜ਼ਰਾ ਠੋਕਰ ਲੱਗੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਗਈ ਨਹੀਂ।[3] ਇਸ ਪੁਰ ਵੀ ਕੀ ਏਤਬਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਜੇਕਰ ਨਾ ਆਪਣਾ, ਨਾ ਮਨ ਦਾ, ਨਾ ਦੇਹੀ ਦਾ—ਕੋਈ ਵਿਸਾਹ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਕ-ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਕੀ ਵਿਸਾਹ ਹੈ ?[4] ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਕ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸਾਕ ਹੈ। ਕੀ ਘਰਵਾਲੀ/ਵਾਲਾ ਤੇ ਕੀ ਹੋਰ ਸਾਕ ਤੇ ਕੀ ਦੋਸਤ-ਮਿੱਤਰ, ਸਭ ਆਪਣੇ ਸੁੱਖ ਖ਼ਾਤਰ ਹੀ ਸੰਗੀ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[5]

ਧਨ-ਸੰਪੱਤੀ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਵਿਸਾਹ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।[6] ਇਹ ਵੀ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਵਾਂਗ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਵਿਸਾਹ ਫਿਰ ਹੈ ਕਿਸ ਦਾ ? ਕੇਵਲ ਸੱਚੇ ਧਨ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਸੱਚਾ ਹੈ :

ਧਨੁ ਸਾਚਾ ਤੇਊ ਸਚ ਸਾਹਾ ॥
ਹਰਿ ਹਰਿ ਪੂੰਜੀ ਨਾਮ ਬਿਸਾਹਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 257)*

---

1. ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਵੈ ਸੁ ਅਲਿਪਤੋ ਵਰਤੈ ਮਨਮੁਖ ਕਾ ਕਿਆ ਵੇਸਾਹਾ ਹੇ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1054)*
2. ਮਨ ਖੁਟਹਰ ਤੇਰਾ ਨਹੀ ਬਿਸਾਸੁ ਤੂ ਮਹਾ ਉਦਮਾਦਾ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)*
3. ਕਹਾ ਬਿਸਾਸਾ ਇਸ ਭਾਂਡੇ ਕਾ ਇਤਨਕੁ ਲਾਗੈ ਠਨਕਾ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1253)*
4. ਆਪਨ ਸੁਆਇ ਕਰਹਿ ਬਹੁ ਬਾਤਾ ਤਿਨਾ ਕਾ ਵਿਸਾਹੁ ਕਿਆ ਕੀਜੈ ॥ *(ਕਲਿਆਨ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1326)*
5. ਦਾਰਾ ਮੀਤ ਪੂਤ ਰਥ ਸੰਪਤਿ ਧਨ ਪੂਰਨ ਸਭ ਮਹੀ ॥
   ਅਵਰ ਸਗਲ ਮਿਥਿਆ ਏ ਜਾਨਉ ਭਜਨੁ ਰਾਮੁ ਕੋ ਸਹੀ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 631)*
6. ਕਾਂ ਕੋ ਤਨੁ ਧਨੁ ਸੰਪਤਿ ਕਾਂ ਕੀ ਕਾ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ਲਗਾਹੀ ॥
   ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਸਗਲ ਬਿਨਾਸੈ ਜਿਉ ਬਾਦਰ ਕੀ ਛਾਹੀ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1231)*

10.1.7 ਭਰੋਸਾ

ਬੰਦੇ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਆਜ਼ਾਦੀ ਗਹਿਣੇ ਰੱਖਣੀ ਹੈ; ਰੱਬ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵਿਹਾਜਣੀ ਹੈ।

ਭਰੋਸਾ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਮੂਲ 'ਭਦ੍ਰ ਆਸ਼ਾ' (ਸ਼ੁਭ-ਆਸ਼ਾ) ਤੋਂ ਹੈ। ਜਿਸ ਪਾਸੋਂ ਸ਼ੁਭ-ਆਸ਼ਾ ਉਪਜਦੀ ਹੋਵੇ, ਉਸੇ ਉਪਰ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭਰੋਸਾ ਕਿਸੇ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣਾ ਹੈ—ਉਸ ਦਾ, ਜੋ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੋਵੇ, ਜਿਸ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਜੋ ਆਸਰਾ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੇ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਬਦ ਭਰੋਸੇ ਲਈ ਆਏ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ: ਭਰਵਾਸਾ, ਟੇਕ, ਆਸਰਾ, ਆਧਾਰ, ਓਟ, ਪਨਾਹ, ਤਕੀਆ ਆਦਿ। ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਵਾਰ ਆਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਰੋਸੇ ਦਾ ਸਿੱਖ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿਚ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਅਸਥਾਨ ਹੈ।

ਭਰੋਸਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਓਦੋਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਆਪਣਾ ਬਲ ਛੁਟਕਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਆਪਣੀ ਕੋਈ ਜੁਗਤ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤੇ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਸੋਚਿਆ ਮਨਸੂਬਾ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹਦਾ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ।[1] ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਭਰਵਾਸਾ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਬਿਰਥਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਭਰੋਸਾ ਤਾਂ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨਾਲ ਲਾਡ ਵੀ ਲਡਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।[3] ਇਸੇ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਹਰ ਕਾਰਜ ਆਰੰਭ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।[4]

ਅਸਮਰੱਥ ਉਪਰ ਕੀਤਾ ਭਰੋਸਾ ਤਾਂ ਅਵੱਸ਼ ਟੁੱਟਦਾ ਹੈ:

ਬਿਰਥਾ ਭਰਵਾਸਾ ਲੋਕ ॥ ਠਾਕੁਰ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ਟੇਕ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 896)*

ਸੋ, ਭਰੋਸਾ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੈ।[5] ਉਹੀ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨ ਕੱਟ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਭਰੋਸੇ 'ਤੇ ਬੰਦਾ ਆਪ ਹੀ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਪੈਣਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ, ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਏਸੇ ਰਾਹ ਨਾਲ ਲੈ ਤੁਰਦਾ ਹੈ:

ਦੀਨ ਦਇਆਲ ਭਰੋਸੇ ਤੇਰੇ ॥
ਸਭੁ ਪਰਵਾਰੁ ਚੜਾਇਆ ਬੇੜੇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 337)*

ਭਰੋਸੇ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਰਤ ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਸ਼ਰਨਵੀਰ ਮਾਲਕ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਭਾਲਣੀ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਰੱਖੇ ਉਵੇਂ ਰਹਿਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।[6]

---

1. ਬਲੁ ਛੁਟਕਿਓ ਬੰਧਨ ਪਰੇ ਕਛੂ ਨ ਹੋਤ ਉਪਾਇ ॥
   ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਅਬ ਓਟ ਹਰਿ ਗਜ ਜਿਉ ਹੋਹੁ ਸਹਾਇ ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1429)*
2. ਮਾਨੁਖ ਕੀ ਟੇਕ ਬ੍ਰਿਥੀ ਸਭ ਜਾਨੁ ॥ ਦੇਵਨ ਕਉ ਏਕੈ ਭਗਵਾਨੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 281)*
3. ਤੇਰੈ ਭਰੋਸੈ ਪਿਆਰੇ ਮੈ ਲਾਡ ਲਡਾਇਆ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 51)*
4. ਕਾਰਜੁ ਸਗਲ ਅਰੰਭਿਓ ਘਰ ਕਾ ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਭਾਰੋਸਾ ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1266)*
5. ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਏਕੈ ਭਾਰੋਸਉ ਬੰਧਨ ਕਾਟਨਹਾਰੁ ਗੁਰੁ ਮੇਰੋ ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1303)*
6. ਤਉ ਮੈ ਆਇਆ ਸਰਨੀ ਆਇਆ ॥ ਭਰੋਸੈ ਆਇਆ ਕਿਰਪਾ ਆਇਆ ॥
   ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਉ ਰਾਖਹੁ ਸੁਆਮੀ ਮਾਰਗੁ ਗੁਰਹਿ ਪਠਾਇਆ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 746)*

10.1.8 ਸਿਦਕ

ਸਿਦਕ ਹੀਣ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੇਵਲ ਵਕਤ ਕੱਟਦੀ ਹੈ।

ਸਿਦਕ ਅਰਬੀ ਦਾ ਪਦ ਹੈ, ਜੋ ਤਦਸਮ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੀ ਨੇ ਅਪਨਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਅਰਥ ਹੈ 'ਸੱਚਾਈ'। ਇਸੇ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਅਰਥ ਹੋਰ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਇਕ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਸੱਚਾਈ ਅਥਵਾ ਸ਼ਰਧਾ; ਤੇ ਦੂਜਾ ਦਿਲ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਥਵਾ ਨਿਸ਼ਕਪਟਤਾ। ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਅਰਥ ਆਪਸ ਵਿਚ ਬੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਜੋ ਦਿਲੋਂ ਸੱਚਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਨਿਸ਼ਕਪਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ 'ਸਿਦਕ' ਪਦ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਅਰਥਾਂ ਦਾ ਇਕੱਠਿਆਂ ਧਾਰਨੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੱਗੋਂ ਸਿਦਕ ਦੇ ਤਿੰਨ ਵੱਡੇ ਭਾਗ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਕਰਤਾਰ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ, ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਥਵਾ ਆਗਿਆ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਤੇ ਇਸ ਭਰੋਸੇ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਇਹਸਾਸ। ਭਰੋਸੇ ਲਈ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਜੋ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ, ਅੰਗ-ਸੰਗ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਪੁਰ ਭਰੋਸਾ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਉਸ ਦੇ ਖਸਮਾਨੇ 'ਤੇ ਭਰੋਸੇ-ਜੋਗਤਾ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2]

ਉਸ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਵਿਚ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਮਾਣਨੀ, ਉਸ ਦੇ ਨਿਕਟਤਾ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਛਾ ਫਿਰ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ (ਜ਼ਿਕਰ) ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਗੁਣ ਉਭਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਸਦ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਇਹਸਾਸ, ਉਸ ਦਾ ਵਜੂਦ ਸੁਝਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ 'ਸਤਿ' ਸਮਝਣ ਤੇ 'ਸਤਿ' ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਵੇਖਦਾ-ਸੁਣਦਾ-ਸਮਝਦਾ ਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਮੁੱਚੀ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਸੁਆਮੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ 'ਚਿੱਤ' ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਵਿਚ ਹੀ ਪਰਮ ਸੁੱਖ ਹੈ। ਉਹ ਆਪ ਪਰਮ-ਆਨੰਦ ਹੈ ਤੇ ਆਨੰਦ ਹੀ ਵਰਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਉਸ ਦੇ ਸੇਵਕਾਂ ਲਈ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਨੰਦ-ਦਾਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਦੁੱਖ-ਭੰਜਨ ਵੀ ਹੈ। ਉਹੀ ਸਿਰਜਕ ਹੈ, ਉਹੀ ਵਿਸਰਜਕ। ਉਸ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਅਨੰਤ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ, ਉਸ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਦਿਲਾਂ ਦਾ ਸੌਦਾ ਹੈ, ਚਤੁਰਾਈ ਦਾ ਨਹੀਂ। ਚਤੁਰਾਈ ਨਾਲ ਕਰਤਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[3] ਸਿਦਕ ਰਾਹੀਂ ਮਾਲਕ ਦੀ ਨਦਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਆਤਮ-ਗਿਆਨ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਝਦਾ ਹੈ; ਧਾਰਮਿਕ ਨਿਸ਼ਠਾ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਸਿਦਕ ਤੋਂ ਹੀ ਭਾਉ-ਭਗਤਿ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਸਾਦਗੀ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਤੇ ਸੰਸਿਆਂ ਦਾ ਵਿਨਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਿਦਕ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਅਰਦਾਸ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਰਤੇ ਦਾ ਕੁਰਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਦਕ ਹੀ ਧਾਰਮਿਕ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਸਵੇਰ ਵੀ ਹੈ, ਦੁਪਹਿਰੀ ਵੀ ਤੇ ਸ਼ਾਮ ਵੀ। ਸਿਦਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਰਮ ਸੱਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਕਿ ਜ਼ਾਹਰ ਜ਼ਹੂਰ ਹੈਂ॥ ਕਿ ਹਾਜ਼ਰ ਹਜ਼ੂਰ ਹੈਂ॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*
2. ਘਰਿ ਬਾਹਰਿ ਤੇਰਾ ਭਰਵਾਸਾ ਤੂ ਜਨ ਕੈ ਹੈ ਸੰਗਿ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 677)*
3. ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਚਤੁਰਭੁਜੁ ਪਾਈਐ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 324)*

10.1.9 ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ

ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਮਹਿਲ ਵਿਚ ਜਾਣ ਲਈ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਸਾਧਾਰਨ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਰਾਏ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ। ਇਹ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੀ ਮਤਿ ਰੱਖਣ ਦਾ ਉਤਨਾ ਹੀ ਹੱਕ ਹੈ, ਜਿਤਨਾ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਰਾਏ ਰੱਖਣ ਦਾ ਹੈ। ਪਰਾਈ ਵੱਖਰੀ ਰਾਏ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਹੀਂ। ਪੂਰੀ ਰੁਚੀ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਤੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਮੁਨਾਸਬ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲੈਣਾ ਹੀ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ। ਡਰ ਕੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਗ਼ਲਤ ਗੱਲ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰ ਲੈਣਾ ਵੀ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੰਗੋੜ ਦੀ ਇਲਾਮਤ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਡਰ ਕੇ ਨਹੀਂ, ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਵਖੇਵਿਆਂ ਨੂੰ ਅਣਡਿੱਠ ਕਰੀਏ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੀਏ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਹਨ; ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਹੋਣ!

ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਲਾਗੇ ਦਾ ਗੁਣ ਖਿਮਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਖਿਮਾ ਤੋਂ ਕਦਰੇ ਉਪਰ ਹੈ। ਖਿਮਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਖਿਮਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਤਮ ਸਮਝਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖਿਮਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮੁੜ ਉਹ ਗ਼ਲਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਖਿਮਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਆਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਖਿਮਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ-ਗੁਜ਼ਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਚ ਐਸਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਦਾ।

ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਉਪਰ 'ਵੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕਰਨਾ' ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਦੋਸ਼ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦੇਣ ਤੋਂ ਕਦੇ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚਦਾ।[1] ਕਦੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ੀ ਦੇਣੋਂ ਟਲਦਾ ਨਹੀਂ।[2] ਉਹ ਤਾਂ ਅਕ੍ਰਿਤਘਣਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੂਰਨ ਪਿਆਰ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਪਾਲਦਾ ਹੈ।[3] ਐਸੇ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਪਾਸ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਉੱਚੇ ਦਰਜੇ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਪਾਸ ਸੁਮਤਿ ਹੈ, ਪਰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਹੋਰਨਾਂ ਉਪਰ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ; ਬਲ ਹੈ, ਪਰ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਤਾਣਿਆਂ ਵਾਂਗ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਕੁਝ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਵੰਡਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਰੱਜ ਕੇ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਭਗਤ ਵੀ।[4]

---

1. ਦੀਨ ਦਇਆਲ ਦਇਆ ਨਿਧਿ ਦੋਖਨ ਦੇਖਤ ਹੈ ਪਰ ਦੇਤ ਨ ਹਾਰੈ॥ *(ਸਵੱਯੇ ਪਾ. ੧੦)*
2. ...ਰੋਖ ਰੂਹਾਨ ਕੀ ਰੋਜੀ ਨ ਟਾਰੈ॥ *(ਸਵੱਯੇ ਪਾ. ੧੦)*
3. ਪਾਲਹਿ ਅਕਿਰਤਘਨਾ ਪੂਰਨ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਤੇਰੀ ਰਾਮ॥ *(ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 547)*
4. ਮਤਿ ਹੋਦੀ ਹੋਇ ਇਆਣਾ॥ ਤਾਣ ਹੋਦੇ ਹੋਇ ਨਿਤਾਣਾ॥
   ਅਣਹੋਦੇ ਆਪੁ ਵੰਡਾਏ॥ ਕੋ ਐਸਾ ਭਗਤੁ ਸਦਾਏ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1384)*

10.1.10 ਪਰਉਪਕਾਰ

ਸੁਰਗ ਦਾ ਰਾਹ ਪਰੋਪਕਾਰ ਥਾਣੀਂ ਲੰਘਦਾ ਹੈ।

ਪਰਉਪਕਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਪਰ ਅਥਵਾ ਦੂਜੇ ਦਾ, ਉਪਕਾਰ ਅਥਵਾ ਭਲਾ ਕਰਨਾ। ਸੋ ਪਰਉਪਕਾਰ ਸੁਆਰਥ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਚਿਤਵਨ ਤੇ ਭਲਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪਰਉਪਕਾਰ ਇਕ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਅਸੀਮ ਸ਼ਕਤੀ ਸਾਰੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਹਿਤ ਵਰਤਦਾ ਹੈ।[1] ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਉਤਰ ਕੇ ਵੱਡਾ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[2] ਜੋ ਕੋਈ ਗੁਰੂ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁਤਰ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਥਾਣੀਂ ਤਰ ਕੇ ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਹਮਰੈ ਮਸਤਕਿ ਦਾਗੁ ਦਗਾਨਾ ਹਮ ਕਰਜ ਗੁਰੂ ਬਹੁ ਸਾਢੇ॥
ਪਰਉਪਕਾਰੁ ਪੁੰਨੁ ਬਹੁ ਕੀਆ ਭਉ ਦੁਤਰੁ ਤਾਰਿ ਪਰਾਢੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 171)*

ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਗੁਰੂ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਸਿਮਰਨ 'ਤੇ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ 'ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[3] ਜੋ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਤੇ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[4] ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ:

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 273)*

ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਤੋਂ ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦਾ ਉਮਾਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ:

ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਹਹੂ ਮਹਿ ਨਾਹੀ ਜਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਆਏ॥
ਜੀਅ ਦਾਨੁ ਦੇ ਭਗਤੀ ਲਾਇਨਿ ਹਰਿ ਸਿਉ ਲੈਨਿ ਮਿਲਾਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 749)*

ਉਹ ਤਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਹੀ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਣ:

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਸੁਖਿ ਬਸੇ ਸਭ ਕੈ ਮਨਿ ਲੋਚ॥
ਪਰਉਪਕਾਰੁ ਨਿਤ ਚਿਤਵਤੇ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਪੋਚ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)*

ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਵਿੱਦਿਆ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਭ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[5]

---

1. ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥ ਪੂਰਨ ਕਲ ਜਿਨਿ ਧਾਰੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 627)*
2. ਉਪਦੇਸੁ ਕਰੇ ਗੁਰੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ਗੁਰੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਰਉਪਕਾਰੀਆ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 96)*
3. ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 263)*
4. ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ॥
 ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ॥
 ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*
5. ਵਿਦਿਆ ਵੀਚਾਰੀ ਤਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 356)*

10.1.11 ਅਸਲ ਸੂਰਮਤਾ

ਘਾਓ ਬੁਜ਼ਦਿਲ ਦੀ ਪਿੱਠ ਵਿਚ ਤੇ ਸੂਰਮੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਪਰਬਤਾਂ ਦੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਟੀਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰ ਆਉਣਾ, ਬਰਫ਼ਾਨੀ ਤੂਫ਼ਾਨਾਂ ਅੱਗੇ ਸੀਨਾ ਤਾਣ ਕੇ ਨਿਕਲ ਪੈਣਾ, ਚੜ੍ਹੇ ਸਾਗਰਾਂ ਦੀਆਂ ਛੱਲਾਂ ਵਿਚ ਛਾਲ ਮਾਰ ਤਾਰੀਆਂ ਲਗਾ ਲੈਣੀਆਂ, ਓੜਕ ਦੇ ਘਮਸਾਨਾਂ ਵਿਚ ਜੂਝ ਪੈਣਾ, ਵੈਰੀ ਦੇਸਾਂ ਉਪਰ ਬੰਬਾਰੀ ਕਰ ਆਉਣੀ, ਕਿਸੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਪਰਖ਼ਚੇ ਉਡਾ ਆਉਣੇ ਅਸਲ ਸੂਰਮਗਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਨਹੀਂ।

ਅਸਲ ਸੂਰਮਤਾ ਆਪਣੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਤੇ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਉਪਰ ਜਿੱਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੈ—ਐਸੀ ਜਿੱਤ ਜੋ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਤਹਿ ਕਰਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।[1] ਉਪਰੋਕਤ ਪੰਜਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁਸ਼ਟ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰ ਲਿਆ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਿਆਮ ਸੂਰਮਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[2]

ਕ੍ਰੋਧ ਕਰਨਾ ਜਿਤਨਾ ਸੌਖਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਂਭ ਸਕਣਾ ਉਤਨਾ ਹੀ ਔਖਾ ਹੈ। ਲੋਭ ਕਰ ਲੈਣਾ ਜਿਤਨਾ ਸਹਿਲ ਹੈ, ਸੰਤੋਖ ਧਾਰਨ ਕਰਨਾ ਉਤਨਾ ਹੀ ਕਠਿਨ ਹੈ। ਕਾਮ ਵਿਚ ਰੁੜ੍ਹ ਕੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਕੁਕਰਮ ਦੇ ਵੱਸ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਾਮ ਨੂੰ ਨੈਤਿਕ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਹੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਹੈ। ਜੋ ਵੀ ਇਹ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਹੀ ਅਸਲ ਜੇਤੂ, ਅਸਲ ਸੂਰਮੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਦੈਵੀ ਸੁਰਤੀ ਸੋਘਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿਗੂਣੇ ਆਪੇ, ਆਪਣੀ 'ਹਉ' ਉਪਰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਕੇ ਇਕ ਅਦੁੱਤੀ ਵਿਜੈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੋ 'ਹਉਮੈ' ਨੂੰ ਮਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਰਜੀਵੜਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਲਈ ਨਾ ਕੋਈ ਵੈਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਬੇਗਾਨਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।[3] ਜਿਸ ਦਾ ਵੈਰੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਉਹ ਨਿਰਭਉ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਸੂਰਮਤਾ ਨਿਰਭਉ ਹੋਣ ਵਿਚ ਹੀ ਨਿਹਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਸੇ ਸੂਰਮੇ ਹੀ ਨਿਤਾਣਿਆਂ ਦਾ ਤਾਣ ਬਣਦੇ ਹਨ; ਨਿਆਸਰਿਆਂ ਦਾ ਆਸਰਾ ਥੀਂਦੇ ਹਨ; ਨਿਥਾਵਿਆਂ ਨੂੰ ਥਾਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹੀ ਅਦੁੱਤੀ ਸੂਰਮੇ ਨਿਰਬਲ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਰਖਵਾਲੇ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਸੂਰਮਤਾ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਆਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਨ ਦੇ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਿਰੜ ਦਾ ਤਿਆਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ; ਕੱਟ ਮਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਰਮ ਖੇਤ 'ਚੋਂ ਭੱਜਦੇ ਨਹੀਂ।[4]

---

1. ...ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤ॥ *(ਜਾਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*
2. ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*
3. ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀ ਬਿਗਾਨਾ ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1299)*
4. ਸੂਰਾ ਸੋ ਪਹਿਚਾਨੀਐ ਜੁ ਲਰੈ ਦੀਨ ਕੇ ਹੇਤ॥
   ਪੁਰਜਾ ਪੁਰਜਾ ਕਟਿ ਮਰੈ ਕਬਹੂ ਨ ਛਾਡੈ ਖੇਤੁ॥ *(ਮਾਰੂ, ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1105)*

10.1.12 ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ

ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਐਸਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਹੈ,
ਜਿਸ ਅੱਗੇ ਕੋਈ ਮੁਸੀਬਤ, ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਖਲੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ।

ਕਲਾ ਦਾ ਇਕ ਅਰਥ ਹੈ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਊਰਜਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਹੈ ਹੁਨਰ। 'ਚੜ੍ਹਦੀ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸਰਬੋਤਮ। ਇਸੇ ਲੇਖੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਉੱਚਤਮ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਸਰਬ-ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਹੁਨਰਮੰਦੀ। ਪਰ ਖ਼ਾਲਸੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਉੱਚੀ ਸੁਰਤਿ', 'ਬੁਲੰਦ ਹੌਸਲਾ' ਤੇ 'ਭਰੋਸੇਵਾਨ ਆਸ਼ਾਵਾਨਤਾ'। ਇਹ ਹੌਸਲੇ ਦੀ ਉਹ ਅਤਿਅੰਤ ਸ਼ਕਤੀਵਰ ਤੇ ਨਿੱਤ ਵਿਗਸਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਜਨ-ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿਚ ਸਜਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮੁਕੰਮਲ ਅਰਥ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵਡੇਰੇ ਤੇ ਚੌੜੇਰੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸਦੀਵੀ ਖੇੜਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਸੱਚ ਨਿਆਉਂ ਵਿਚ ਮੁਕੰਮਲ ਭਰੋਸਾ ਤੇ ਨਿਸਚੇ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਸੂਰਮਤਾਈ ਦੀ ਉਹ ਚਿਰ-ਜੀਵੀ ਬਰਕਤ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਔਕੜ, ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨੂੰ ਟਿੱਚ ਸਮਝਦੀ ਹੈ ਤੇ ਤੰਗਦਸਤੀ ਵਿਚ ਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਵਰਗਾ ਚਿੱਤ ਸਮਾਲਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਖਾਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਲੱਪ ਛੋਲਿਆਂ ਦੀ ਨਸੀਬ ਹੋਈ, ਤਾਂ ਆਖਿਆ, 'ਬਦਾਮ ਖਾ ਲਏ ਹਨ।' ਸੰਸਾਰ 'ਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਣ ਨੂੰ 'ਚੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨਾ' ਆਖਿਆ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰੱਬ ਉਪਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੀ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਸ਼ਾਂਤ ਹੁਲਾਸ, ਇਕ ਸਾਹਸੀ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ, ਅਨੰਨ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਤਤਪਰਤਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਖ਼ਾਤਰ ਤਿਆਰ-ਬਰ-ਤਿਆਰ ਸਰਗਰਮੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਤੇ ਘਿਨਾਉਣੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸੌਂਪੀ ਗਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ ਨਾਲ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਭਰੋਸਾ, ਰੱਬ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰਤਾ ਰੱਖਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬਖ਼ਸ਼ੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਪੁਰ ਭਰੋਸੇ ਦਾ ਨਾਮ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਵਿਅਕਤੀ ਅੰਦਰ ਅਡੋਲ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਅਚੱਲ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਰਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਸੱਤ ਦੀ ਅਸੱਤ ਉਪਰ ਆਖ਼ਰੀ ਫ਼ਤਹਿ ਦਾ ਪੱਕਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਗਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਣ-ਸੁਖਾਵੀਆਂ ਵਿਪਰੀਤ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਹਿਲਦਾ ਡੋਲਦਾ ਨਹੀਂ।

ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦੇ ਮੁਖੜੇ 'ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਅਥਵਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਮੁਹਰ ਲੱਗੀ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਦਕੇ ਅੰਦਰ ਐਸੀ ਅਸਚਰਜ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਵਰਤਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਰੇ ਕੁਕਰਮਾਂ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਤਾਈਆਂ, ਕਠੋਰਤਾਵਾਂ, ਮੱਕਾਰੀਆਂ ਜਹੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੇ ਕੂੜ-ਕਬਾੜ ਨੂੰ ਹੂੰਝ ਕੇ ਪਰੇ ਸੁੱਟ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਹੁਲਾਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਮਨੋਬਲ ਨਾਲ ਓਹੋ ਜਿਹਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਕਰੁਣਾ ਤੇ ਦਇਆ ਦਾ ਦੈਵੀ ਨਦਰ ਨਾਲ।

ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿਚ ਹਿਰਦਾ ਮਾਲਕ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਇਹੋ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਨਾਮ ਆਸਰੇ ਹੈ।[1] ਨਾਮ ਦੇ ਆਸਰੇ ਬਿਨਾਂ ਕਲਾ ਉਦਾਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਨਾਮ ਦੀ ਅਟੱਲ ਪਦਵੀ ਪਾਸ ਹੈ।[2]

---

1. ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ, ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ। *(ਅਰਦਾਸ)*
2. ਅਟਲ ਪਦਵੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਣ ਦ੍ਰਿੜ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਣ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 502)*

10.2 ਆਚਰਣਕ ਅਉਗਣ

ਸਭ ਵਿਕਾਰਾਂ ਸਭ ਅਉਗਣਾਂ ਦਾ ਸੋਮਾ ਮਨੁੱਖੀ ਹਉਮੈ ਹੈ।

10.2.1 ਅਉਗਣਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਨ (ਹਉਮੈ)

ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜੋੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਉਸ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਜਗਾਉਂਦੀਆਂ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਪੇਖਤਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤਦ ਉਹ ਸੁੱਖ-ਦੁੱਖ[1], ਖ਼ੁਸ਼ੀ-ਗ਼ਮੀ[2], ਲਾਭ-ਹਾਨੀ[3] ਵਰਗੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਜ਼ੋਰ ਪਕੜਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਗ੍ਰਸਤ ਚੇਤਨਾ ਅਥਵਾ ਆਪੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਚਿੰਤਾ ਉਪਜਦੀ ਹੈ, ਖ਼ਤਰੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ[5] ਤੇ ਬੰਦਾ ਬਚਾਓ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁਟੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਬਚਾਓ ਦੇ ਸਾਧਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਹੋਰ ਹੋਰ ਸੰਘਣੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਦੁਸ਼ਮਨ ਨਹੀਂ। ਜਦ ਇਹ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੀ ਅਨੇਕ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਹਉਮੈ-ਗ੍ਰਸਤ ਚੇਤਨਾ ਅੰਦਰ ਹੀ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹੋ ਉਸ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਰੋੜਾ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਾਮ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦੀਆਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਲਈ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਅਥਵਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਤਿਆਗ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਹਉਮੈ ਹੀ ਸਭ ਅਉਗਣਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਉਗਣ ਦੇ ਉਪਜਣ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।

---

1. ਸੁਖ ਦੁਖੀਆ ਮਨਿ ਮੋਹ ਵਿਣਾਸੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 152)*
2. ਹਰਖ ਸੋਗ ਕਾ ਨਗਰੁ ਇਹੁ ਕੀਆ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1075)*
3. ਲਾਭੁ ਮਿਲੈ ਤੋਟਾ ਹਿਰੈ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਪਤਿਵੰਤ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 297)*
4. ਡਰਿ ਡਰਿ ਪਚੇ ਮਨਮੁਖ ਵੇਚਾਰੇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 677)*

10.2.2 ਪਾਪ, ਵਿਕਾਰ, ਅਵਗਣ, ਅਪਰਾਧ

ਸੱਚ ਜਾਣੋ, ਸਾਡੇ ਪਾਪ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਨੰਗਿਆਂ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਪਾਪ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਜਾਂ ਨੈਤਿਕ ਅਸੂਲਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਅਠਾਰ੍ਹਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਪਾਪੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਚੋਰ, ਹਰਾਮਖੋਰ, ਜ਼ੋਰਾਵਰ ਹਤਿਆਰੇ, ਕੂੜਿਆਰ, ਮਲੇਛ, ਨਿੰਦਕ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਭੈੜੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਬੀਜ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਇਰਾਦੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਹੈ "ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ"[1]। ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ ਨਹੀਂ ਗਿਣੇ ਗਏ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਪੰਜ ਵਿਕਾਰ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਾਪ ਤੇ ਵਿਕਾਰ ਵਿਚ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹੈ ? ਪਾਪ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਲੰਘਣਾ ਹੈ ਵਰਜਿਤ ਕਰਮ ਦੀ। ਵਿਕਾਰ ਅਸੰਜਮ ਹੈ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ (instincts) ਦਾ। ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਕੁਦਰਤਨ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਸਭਿਅਤਾ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਤੇ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਢਾਲਣਾ ਸਿਖਾਲਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਅਸੰਜਮੀ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨੂੰ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਤੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜਦੇ ਹਨ।

ਇਕ ਹੋਰ ਬੋਲ ਅਵਗੁਣ ਹੈ। ਇਹ ਗੁਣ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਜਾਂ ਗੁਣ ਦੇ ਉਲਟ ਵਤੀਰਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਗੁਣ ਹੈ ਨਿਮ੍ਰਤਾ/ਹਲੀਮੀ। ਇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਅਵਗੁਣ ਹੈ ਹੈਂਕੜ। ਇਕ ਗੁਣ ਹੈ 'ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣਾ' ਇਸ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਹੈ 'ਫਿੱਕਾ ਬੋਲਣਾ'। ਇਕ ਗੁਣ ਹੈ 'ਇਤਬਾਰ ਕਰਨਾ', ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਦਾ ਅਵਗੁਣ ਹੈ, 'ਲਾਇਤਬਾਰ ਹੋਣਾ'। ਇਕ ਗੁਣ ਹੈ 'ਖਿਮਾ ਕਰਨਾ', ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਦਾ ਅਵਗੁਣ ਹੈ 'ਬਦਲਾ ਲੈਣਾ'। ਅਉਗਣਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਈਏ ਤਾਂ ਦਰਗਾਹੇ ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।[2]

ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਦਾ ਤਾਂ ਸੌਖਿਆਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦਾ। ਸਮਾਜਿਕ ਵਰਜਨਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਐਲਾਨ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਤਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਨੂੰ 'ਅਪਰਾਧ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੱਕੇ ਅਪਰਾਧੀ ਬੜੇ ਸਭਯ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਸਲ ਰੂਪ ਲੁਕਿਆ ਰਹੇ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅੰਦਰਾ ਤਾਂ ਮਲੀਨ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[3] ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਦੰਭੀ ਤੇ ਪਾਖੰਡੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਹੋਰ ਲਫ਼ਜ਼ 'ਖ਼ਤਾ' (ਖ਼ਤਾਅ) ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਭੁੱਲ-ਚੁੱਕ। ਕਰਤਾਰ ਕੋਈ ਖ਼ਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਇਹ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਨਿੱਤ ਖਤੇ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ :

ਅਸੀ ਖਤੇ ਬਹੁਤੁ ਕਮਾਵਦੇ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥

(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1416)

---

1. ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4.
2. ਅਉਗਣ ਕਟਿ ਮੁਖੁ ਉਜਲਾ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਤਰਾਏ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 966)*
3. ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੋ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ॥
   ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*

10.2.3.1 ਕੂੜ - 1

ਇਕ ਕੂੜ ਸੌ ਸਚਿਆਈਆਂ ਨੂੰ ਗੰਧਲਾ ਕਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੂੜ ਅਥਵਾ ਝੂਠ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਅਸੱਤ। ਇਸ ਦੇ ਦੋ ਰੂਪ ਹਨ: ਵਿਆਪਕ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ। ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ ਮਾਇਆਵੀ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਅਸੱਤ ਹੈ, ਅਸਾਰ ਹੈ, ਚਲਾਇਮਾਨ ਹੈ, ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਅਸੱਤ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਹਰ ਵਸਤ ਕੂੜਾਵੀ ਹੈ, ਇਉਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਕੂੜਾ ਹੈ:

ਕੂੜੁ ਰਾਜਾ ਕੂੜੁ ਪਰਜਾ ਕੂੜੁ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥
ਕੂੜੁ ਮੰਡਪ ਕੂੜੁ ਮਾੜੀ ਕੂੜੁ ਬੈਸਣਹਾਰੁ ॥
ਕੂੜੁ ਸੁਇਨਾ ਕੂੜੁ ਰੁਪਾ ਕੂੜੁ ਪੈਨ੍ਣਹਾਰੁ ॥
ਕੂੜੁ ਕਾਇਆ ਕੂੜੁ ਕਪੜੁ ਕੂੜੁ ਰੂਪੁ ਅਪਾਰੁ ॥
ਕੂੜੁ ਮੀਆ ਕੂੜੁ ਬੀਬੀ ਖਪਿ ਹੋਏ ਖਾਰੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*

ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਇਸੇ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਗਲੋਲਾ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਹੀ ਲਾਇਆ ਹੈ:

ਅਮਲੁ ਗਲੋਲਾ ਕੂੜ ਕਾ ਦਿਤਾ ਦੇਵਣਹਾਰਿ ॥
ਮਤੀ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਖੁਸੀ ਕੀਤੀ ਦਿਨ ਚਾਰਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 15)*

ਇਸ ਨਸ਼ੇ ਕਾਰਨ:

ਕੂੜਿ ਕੂੜੈ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਵਿਸਰਿਆ ਕਰਤਾਰੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*

ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਇਸ ਕੂੜ ਨੇ ਇਕ ਕੰਧ ਉਸਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਜੀਵ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਵਿਚਾਲੇ। ਐਸੇ ਜੀਵ ਉਸ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲੋਂ ਬੇਮੁਖ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਬਾਝ ਹੋਰ ਸਭ ਕੁਝ ਕੂੜੋ ਕੂੜ ਹੈ।[1] ਕੂੜ ਦੀ ਇਹ ਕੰਧ ਟੁੱਟੇ ਕਿਵੇਂ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋ ਸਕੇ ?[2] ਇਹ ਤਾਂ ਤਦੇ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਕੂੜਾਵੇ ਸੰਸਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮੁਖ ਮੋੜ ਲਵੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਰਮ ਸਚਿਆਰੇ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅੱਗੇ ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦੇਵੇ ਜੋ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਨਾਲ ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਉਸ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ।[3]

---

1. ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਕੂੜੋ ਕੂੜੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*
2. ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 1)*
3. ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 1)*

10.2.3.2 ਕੂੜ - 2

ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ ਕੇਵਲ ਝੂਠੇ ਲਈ ਹੀ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ, ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ।

ਕੂੜ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਵਰਤੀਂਦਾ ਕੂੜ। ਇਸ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਮੁੱਠਾ ਹੋਇਆ ਮੂਰਖ, ਮਾਇਆਵੀ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਕੂੜ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਮੋਹ ਦੇ ਇਸ ਝੂਠੇ ਧੰਧੇ ਵਿਚ ਖੱਪ ਖੱਪ ਕੇ ਸਾਰੀ ਲੋਕਾਈ ਪਰਮਾਰਥ ਵੱਲੋਂ ਮਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[2] ਸਭ ਲੋਕ ਮੈਲੇ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕੂੜੇ ਵਪਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਕੂੜ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁੱਖ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[3] ਕਿਉਂਕਿ:

ਕੂੜੁ ਕਪਟੁ ਕਮਾਵਦੇ ਕੂੜੁ ਪਰਗਟੀ ਆਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1243)*

ਕੂੜ ਤਾਂ ਜੇਭਾ ਦਾ ਸੂਤਕ ਹੈ।[4] ਕੂੜ ਬੋਲਨਾ ਮੁਰਦਾਰ ਖਾਣ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।[5] ਫਿਰ ਵੀ,

ਸੈਸਾਰੀ ਆਪਿ ਖੁਆਇਅਨੁ ਜਿਨੀ ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਬੋਲਿ ਬਿਖੁ ਖਾਇਆ॥

(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 145)

ਇਸ ਬਿਖ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਤਿਖਾ ਕਾਰਨ ਕੂੜ ਬੋਲੀ ਤੁਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[6] ਇਉਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁਖ ਝੂਠੇ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੁੱਚੇ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣ?

ਮੁਖਿ ਝੂਠੈ ਝੂਠੁ ਬੋਲਣਾ ਕਿਉ ਕਰਿ ਸੂਚਾ ਹੋਇ॥
ਬਿਨੁ ਅਭ ਸਬਦ ਨ ਮਾਂਜੀਐ ਸਾਚੇ ਤੇ ਸਚੁ ਹੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 56)*

ਸੁੱਚ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸੱਚੇ ਸੁੱਚੇ ਕਰਤਾਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੇ ਹੀ ਜੋੜਨਾ ਹੈ। ਸੋ, ਜੇਕਰ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਜਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮੁੱਖ ਤੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਂਜਾਂਗੇ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸੁੱਚਮ ਵਰਤੇਗੀ।

ਪਰ ਜੇ ਕਿਸੇ ਦਾ 'ਗੁਰੂ' ਆਪ ਹੀ ਸੱਚ ਵੱਲੋਂ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚੇਲੇ ਸੱਚ ਕਿਵੇਂ ਵਿਹਾਜ ਸਕਦੇ ਹਨ?:

ਗੁਰੂ ਜਿਨਾ ਕਾ ਅੰਧੁਲਾ ਸਿਖ ਭੀ ਅੰਧੇ ਕਰਮ ਕਰੇਨਿ॥
ਓਇ ਭਾਣੈ ਚਲਨਿ ਆਪਣੈ ਨਿਤ ਝੂਠੋ ਝੂਠੁ ਬੋਲੇਨਿ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 951)*

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸੱਚੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਆਤਮ ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ:

ਤਿਨ ਕੂੜ ਤਿਆਗੇ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਈ॥
ਤੇ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਮੁਖ ਊਜਲ ਭਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 165)*

---

1. ਨਿਕਟਿ ਨ ਜਾਨੈ ਬੋਲੈ ਕੂੜੁ॥ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਮੂਠਾ ਹੈ ਮੂੜੁ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1139)*
2. ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*
3. ਕੂੜੋ ਕੂੜੁ ਕਰੇ ਵਾਪਾਰਾ ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਦੁਖੁ ਪਾਇਦਾ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1062)*
4. ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੋਭੁ ਹੈ ਜਿਹਵਾ ਸੂਤਕੁ ਕੂੜੁ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 472)*
5. ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਮੁਰਦਾਰੁ ਖਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 139)*
6. ਬਿਖੁ ਬਿਹਾਝਹਿ ਬਿਖੁ ਮੋਹ ਪਿਆਸੇ ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਬਿਖੁ ਖਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 120)*

10.2.4 ਹਿੰਸਾ

ਜਿਥੇ ਅਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਗਰਦਾਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਹੀ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਹੱਕੀ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਿੰਸਾ, ਸੀਨਾ ਜ਼ੋਰ ਤਸ਼ੱਦਦ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਮਾਰੂ ਬਿਰਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮੂਲ ਮਕਸਦ ਸਰੀਰ ਨਾਲੋਂ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਇਆ ਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਕਰਮ ਹੈ। ਦਇਆ ਤਰਸ ਖਾਂਦੀ ਹੈ, ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਸਾ ਬੇਤਰਸ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਾਨ-ਲੇਵਾ ਵੀ। ਦਇਆ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੱਥ ਰੱਖਦੀ ਹੈ; ਹਿੰਸਾ ਹੱਥ ਵੀ ਤੇ ਹਥਿਆਰ ਵੀ ਉਠਾਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਰੁਚੀ ਜਾਗੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਦਇਆ ਕਰਨ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ।[1]

ਹਿੰਸਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੜਾ ਅਭਿਮਾਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਭ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਇਤਨਾ ਹੀਨ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹਰ ਲੈਣੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕ੍ਰੋਧ ਉਸ ਦਾ ਵੱਸੋਂ ਬਾਹਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੋਹ ਉਸ ਦਾ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਜਿਸ ਦਾ ਮਨ ਇਹ ਮੰਨ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਅਭਿਮਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਿੰਸਾ ਪੈਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[2]

ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਮੁੱਢ ਓਦੋਂ ਬੱਝਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਚਾਰ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਿਖੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਹਿੰਸਾ ਸ਼ਬਦਹੀਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਰੰਗ ਵਿਖਾਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੰਬਾਦ ਦਾ ਵਿਨਾਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤਦੋਂ ਜਦ ਤਕ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਜੀਵਿਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਥਾਂ ਪਰਸਪਰ ਗੱਲਬਾਤ ਨਾਲ ਰਾਹ ਕੱਢ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਿੰਸਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਕੋਈ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਧਿਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਿੰਸਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।[3] ਜਿਸ ਦੀ ਆਤਮਾ-ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਹਿੰਸਾ ਉਸ ਦੇ ਲਾਗੋਂ ਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੰਘਦੀ:

ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਮਿਲਾਈਐ ਸੁਰਤੀ ਸੁਰਤਿ ਸੰਜੋਗੁ॥
ਹਿੰਸਾ ਹਉਮੈ ਗਤੁ ਗਏ ਨਾਹੀ ਸਹਸਾ ਸੋਗੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 21)*

---

1. ਹਿੰਸਾ ਤਉ ਮਨ ਤੇ ਨਹੀ ਛੂਟੀ ਜੀਅ ਦਇਆ ਨਹੀ ਪਾਲੀ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਪਰਮਾਨੰਦ, ਪੰਨਾ 1253)*
2. ਜਿਸੁ ਮਨੁ ਮਾਨੈ ਅਭਿਮਾਨੁ ਨ ਤਾ ਕਉ ਹਿੰਸਾ ਲੋਭੁ ਵਿਸਾਰੇ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1198)*
3. ਏਕਾਦਸੀ ਇਕੁ ਰਿਦੈ ਵਸਾਵੈ॥ ਹਿੰਸਾ ਮਮਤਾ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਵੈ॥ *(ਥਿਤੀ ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 840)*

10.2.5 ਚੋਰੀ

ਚੋਰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਚੋਰ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਰਾਈ ਵਸਤ ਨੂੰ ਛੁਪ-ਛੁਪਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬਣਾ ਲੈਣ ਦਾ ਨਾਮ ਚੋਰੀ ਹੈ। ਚੋਰੀ ਕੁਕਰਮ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਸੱਜਣ ਵੀ ਕਿਸੇ ਚੋਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[1] ਚੋਰ ਹਰ ਥਿਓਂ—ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੋਂ, ਮਕਾਨਾਂ ਤੋਂ, ਘਰਾਂ ਤੋਂ, ਮਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਚੋਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਤੱਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਵੇਖ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ, ਪਰ ਉਹ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਤਾਂ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ।[2] ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੁਹਕਰਮ ਲੁਕਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਰੱਬ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਚੋਰ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਜ਼ਾ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਕਰੈ ਦੁਹਕਰਮ ਦਿਖਾਵੈ ਹੋਰੁ॥ ਰਾਮ ਕੀ ਦਰਗਹ ਬਾਧਾ ਚੋਰੁ॥

(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 194)

ਬੜੀ ਵਾਰੀ ਚੋਰ ਚੋਰੀ ਦੇ ਧਨ ਵਿੱਚੋਂ ਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਉਸ ਨੂੰ ਦਾਨੀ ਸਮਝਣ ਤੇ ਚੋਰੀ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਨਾ ਕਰਨ। ਇਕ ਬ੍ਰਾਹਮਣੀ ਰਸਮ ਹੈ ਪਿੱਤਰਾਂ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ। ਜੇ ਚੋਰ ਐਸਾ ਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਰੱਬ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਐਸਾ ਦਾਨ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਿੱਤਰਾਂ ਉਪਰ ਚੋਰੀ ਦਾ ਇਲਜ਼ਾਮ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਤਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਿਹੜਾ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਵਿਚ ਦਲਾਲ ਬਣਿਆ ਸੀ, ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਵੱਢ ਦੇਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਇਸ ਲਈ ਚੋਰ ਨੂੰ ਐਸੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਤੋਂ ਡਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅੱਗੇ ਤਾਂ ਉਹੋ ਕੁਝ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਕਮਾਈ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।[4]

ਚੋਰ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨਾ ਸੁਹਣਾ ਹੋਵੇ, ਕਿਤਨਾ ਸਿਆਣਾ ਹੋਵੇ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਖੋਟਾ ਸਿੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਲ ਕੌਡੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਖੋਟੇ ਸਿੱਕੇ ਨੂੰ ਅਸਲੀ ਸਿੱਕਿਆਂ ਵਿਚ ਰਲਾ ਵੀ ਦਿਓ ਤਾਂ ਵੀ ਜਦ ਪਰਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰੇ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਚੋਰੁ ਸੁਆਲਿਉ ਚੋਰੁ ਸਿਆਣਾ॥ ਖੋਟੇ ਕਾ ਮੁਲੁ ਏਕੁ ਦੁਗਾਣਾ॥
ਜੇ ਸਾਥਿ ਰਖੀਐ ਦੀਜੈ ਰਲਾਇ॥ ਜਾ ਪਰਖੀਐ ਖੋਟਾ ਹੋਇ ਜਾਇ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 662)

ਚੋਰ ਦੀ ਨਾ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਸੋਭਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਾ ਅਗਲੇ ਜਹਾਨ ਵਿਚ ਢੋਈ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਕਰਿ ਚੋਰੀ ਮੈ ਜਾ ਕਿਛੁ ਲੀਆ ਤਾ ਮਨਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ॥
ਹਲਤਿ ਨ ਸੋਭਾ ਪਲਤਿ ਨ ਢੋਈ ਅਹਿਲਾ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ॥

(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 155)

---

1. ਚੋਰ ਕੀ ਹਾਮਾ ਭਰੇ ਨ ਕੋਇ॥ ਚੋਰੁ ਕੀਆ ਚੰਗਾ ਕਿਉ ਹੋਇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 662)*
2. ਹਟ ਪਟਣ ਬਿਜ ਮੰਦਰ ਭੰਨੈ ਕਰਿ ਚੋਰੀ ਘਰਿ ਆਵੈ॥
   ਅਗਹੁ ਦੇਖੈ ਪਿਛਹੁ ਦੇਖੈ ਤੁਝ ਤੇ ਕਹਾ ਛਪਾਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 156)*
3. ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ ਘਰੁ ਮੁਹੈ ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ॥
   ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਞਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੋਰ ਕਰੇਇ॥
   ਵਢੀਅਹਿ ਹਥ ਦਲਾਲ ਕੇ ਮੁਸਫੀ ਏਹ ਕਰੇਇ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 472)*
4. ਨਾਨਕ ਅਗੈ ਸੋ ਮਿਲੈ ਜਿ ਖਟੇ ਘਾਲੇ ਦੇਇ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 472)*

10.2.6 ਅਕਿਰਤਘਣਤਾ

ਅਕਿਰਤਘਣਤਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨਾ ਦੈਵੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਅਕਿਰਤਘਣਤਾ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਕੀਤੇ ਨੂੰ ਨਾ ਜਾਣਨਾ', ਭਾਵ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਦੇਣਾ। ਉਪਕਾਰ ਵਿਸਾਰਣਾ—ਇਸੇ ਨੂੰ ਅਹਿਸਾਨ ਫ਼ਰਾਮੋਸ਼ੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਹਿਸਾਨ ਫ਼ਰਾਮੋਸ਼ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਹਰਾਮਖ਼ੋਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।[1] ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਉਸ ਨੂੰ 'ਮੰਦੀ ਹੂ ਮੰਦੇ' ਗਰਦਾਨਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਪਿਆ ਬੋਝ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।[2]

ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਤਾਂ ਇਕ ਉਪਮਾ ਰਾਹੀਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਕਿਰਤਘਣਤਾ ਕੇਡਾ ਵੱਡਾ ਕੁਕਰਮ ਹੈ। ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਕੁਕਰਮੀ ਚੂਹੜੀ ਨੇ ਕੁੱਤੇ ਦਾ ਮਾਸ ਸ਼ਰਾਬ ਵਿਚ ਰਿੰਨ੍ਹਿਆ। ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਬਦਬੋ ਮਾਰਦੀ ਮਨੁੱਖੀ ਖੋਪਰੀ ਵਿਚ ਪਾ ਲਿਆ। ਫਿਰ ਆਪ ਭੋਗ ਬਿਲਾਸ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਉਸ ਖੋਪਰੀ ਨੂੰ ਇਕ ਲਹੂ ਭਰੇ ਕਪੜੇ ਨਾਲ ਢੱਕ ਕੇ ਲੈ ਚੱਲੀ। ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਏਡੀ ਪਲੀਤ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਢੱਕ ਕੇ ਕਿਉਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈਂ ? ਦੱਸ ਤੇ ਸਾਡਾ ਵਿਸਵਿਸਾ ਹਟਾ!" ਕਹਿਣ ਲੱਗੀ, "ਢੱਕ ਕੇ ਇਸ ਲਈ ਲਿਜਾ ਰਹੀ ਹਾਂ ਮਤ ਕਿਸੇ ਅਕਿਰਤਘਣ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਇਸ 'ਤੇ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਸਤਿਆਨਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇ।"[3]

ਅਸੀਂ ਅਕਿਰਤਘਣਤਾ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਹਿਸਾਨ ਫ਼ਰਾਮੋਸ਼ੀ ਹੀ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਕਦੇ ਚੇਤੇ ਕਰੀਏ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਾਡੇ 'ਤੇ ਕਿਤਨੇ ਉਪਕਾਰ ਹਨ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦੀ ਤਾਂ ਕੋਈ ਗਿਣਤੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਕਦੋਂ ਉਸ ਦਾ ਉਪਕਾਰ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ ? ਕੀ ਅਸੀਂ ਅਕਿਰਤਘਣ ਨਹੀਂ ? ਭਾਵੇਂ ਸਾਨੂੰ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ :

ਨਰਕ ਘੋਰ ਬਹੁ ਦੂਖ ਘਣੇ ਅਕਿਰਤਘਣਾ ਕਾ ਥਾਨੁ ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 315)*

ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦਾਤਾਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ ਕਦੋਂ ਚਿਤਵਦੇ ਹਾਂ ? ਸਾਡਾ ਹਾਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ :

ਦਾਸੀ ਸੰਗਤਿ ਪ੍ਰਭੂ ਤਿਆਗਿ ਏ ਕਰਮ ਹਮਾਰੇ ॥
ਤੁਮ੍ ਦੇਵਹੁ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਦਇਆ ਧਾਰਿ ਹਮ ਅਕਿਰਤਘਨਾਰੇ ॥
ਲਾਗਿ ਪਰੇ ਤੇਰੇ ਦਾਨ ਸਿਉ ਨਹ ਚਿਤਿ ਖਸਮਾਰੇ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 809)*

ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਹੀ ਪਿਆਰੀਆ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਵਿਸਰਿਆ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਉਸ ਦੀ ਕੇਡੀ ਵੱਡੀ ਕਰੁਣਾ, ਕੇਡੀ ਵੱਡੀ ਫ਼ਰਾਖ਼-ਦਿਲੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ :

ਅਕਿਰਤਘਣਾ ਨੋ ਪਾਲਦਾ ਪ੍ਰਭ ਨਾਨਕ ਸਦ ਬਖਸਿੰਦੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 47)*

---

1. ਮੈ ਕੀਤਾ ਨ ਜਾਤਾ ਹਰਾਮਖੋਰੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 24)*
2. ਭਾਰੇ ਭੁਈ ਅਕਿਰਤਘਣ ਮੰਦੀ ਹੂ ਮੰਦੇ ॥ *(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ 35.8.6)*
3. ਮਦ ਵਿਚਿ ਰਿਧਾ ਪਾਇਕੈ ਕੁਤੇ ਦਾ ਮਾਸੁ ॥ ਧਰਿਆ ਮਾਣਸ ਖੋਪਰੀ ਤਿਸੁ ਮੰਦੀ ਵਾਸੁ ॥
ਰਤੂ ਭਰਿਆ ਕਪੜਾ ਕਰਿ ਕਜਣੁ ਤਾਸੁ ॥ ਢਕਿ ਲੈ ਚਲੀ ਚੂਹੜੀ ਕਰਿ ਭੋਗ ਬਿਲਾਸੁ ॥
ਆਖਿ ਸੁਣਾਏ ਪੁਛਿਆ ਲਾਹੇ ਵਿਸਵਾਸੁ ॥ ਨਦਰਿ ਪਵੈ ਅਕਿਰਤਿਘਣੁ ਮਤੁ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥
(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ 35.9)

10.2.7 ਵੱਢੀ

ਕਈ ਲੋਕ ਵੱਢੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਮੂੰਹੋਂ ਤਾਂ ਇਨਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹੱਥ ਸਹਿਵਨ ਹੀ ਅੱਗੇ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਵੱਢੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ—ਰਿਸ਼ਵਤ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਦੂਜੇ ਦਾ ਹੱਕ ਵੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਢੀ ਲੈਣਾ ਤੇ ਵੱਢੀ ਦੇਣਾ ਦੋਵੇਂ ਅਪਰਾਧ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਹੱਕ ਮਾਰਨ ਵਿਚ ਭਾਈਵਾਲ ਹਨ।

ਉਹ ਲੋਕ ਖ਼ਾਸਕਰ ਇਸ ਪਾਪ ਕਰਮ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਰਮ ਇਨਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਵੇਂਲੇ ਐਸੇ ਮੁਨਸਫ਼ ਕਾਜ਼ੀ ਲੋਕ ਹੋਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਵੱਢੀ ਲੈ ਕੇ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਨੂੰ ਇਨਸਾਫ਼ ਗਰਦਾਨ ਦੇਣਾ ਇਕ ਆਮ ਆਦਤ ਸੀ। ਤਦੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ:

ਕਾਜੀ ਹੋਇ ਕੈ ਬਹੈ ਨਿਆਇ॥ ਫੇਰੇ ਤਸਬੀ ਕਰੇ ਖੁਦਾਇ॥
ਵਢੀ ਲੈ ਕੈ ਹਕੁ ਗਵਾਏ॥ ਜੇ ਕੋ ਪੁਛੈ ਤਾ ਪੜਿ ਸੁਣਾਏ॥

(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 951)

ਇਹ ਤਾਂ ਗੱਲ ਹੋਈ ਇਨਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੁਨਸਫ਼ਾਂ ਦੀ। ਪਰ ਇਨਸਾਫ਼ ਗਵਾਹਾਂ ਦੀ ਗਵਾਹੀ 'ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵੱਢੀ ਲੈ ਕੇ ਕੋਈ ਪੁਰਸ਼ ਝੂਠੀ ਗਵਾਹੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬੇਕਸੂਰੇ ਨੂੰ ਫਸਾਉਣ ਅਥਵਾ ਕਿਸੇ ਕਸੂਰਵਾਰ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਜਾਇਜ਼ ਸਜ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਐਸੇ ਗਵਾਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਲੈ ਕੈ ਵਢੀ ਦੇਨਿ ਉਗਾਹੀ ਦੁਰਮਤਿ ਕਾ ਗਲਿ ਫਾਹਾ ਹੇ॥

(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1032)

ਭਾਈ ਦੇਸਾ ਸਿੰਘ ਦੇ ਰਹਿਤਨਾਮੇ ਵਿਚ ਵੀ ਉਪਰੋਕਤ ਦੋਨੋਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਜਨਾ ਹੈ:

ਵਢੀ ਲੈ ਕਰ ਨਿਆਉਂ ਨ ਕਰੀਏ।
ਝੂਠੀ ਸਾਖਾ ਕਬਹੁ ਨ ਭਰੀਏ।

ਪਰ ਕਈ ਲੋਕ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਂਦੇ ਵੀ ਹਨ ਤੇ ਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਦੰਭ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੀ ਜ਼ਮੀਰ ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਖ਼ਰੀਦੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਫਿਰ ਹਰ ਵਾਰ ਖ਼ਰੀਦੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

10.2.8 ਕਪਟ-ਪਾਖੰਡ-ਭੇਖ

ਤੂੰਮੀ ਬਾਹਰੋਂ ਧੋਤੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਵਿਸ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਪਟ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਫ਼ਰੇਬ, ਛਲ—ਅੰਦਰੋਂ ਹੋਰ ਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਹੋਰ ਹੋਣਾ। ਅਸੀਂ ਕਪਟ ਹਰ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਲੁਕਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਲੁਕਾਉਣ ਲਈ ਬਾਹਰੋਂ ਪਾਖੰਡ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।[1] ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਖੰਡ ਕੀਤਿਆਂ ਕਪਟ ਲੁਕਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜਿਨ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਮੈਲੁ ਕਪਟੁ ਹੈ ਬਾਹਰੁ ਧੋਵਾਇਆ॥
ਕੂੜੁ ਕਪਟੁ ਕਮਾਵਦੇ ਕੂੜੁ ਪਰਗਟੀ ਆਇਆ॥
ਅੰਦਰਿ ਹੋਇ ਸੁ ਨਿਕਲੈ ਨਹ ਛਪੈ ਛਪਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1243)*

ਜੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਕਪਟ ਭਰਿਆ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਪਰੋਂ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਕਰਦੇ ਹੋਈਏ ਤਾਂ ਉਹ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਕਿਸ ਲੇਖੇ ਹਨ? ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਤਾਂ ਕੋਈ ਆਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਤਾਂ ਸੱਖਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਾਹਰੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟ ਕੇ ਇਉਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਸਮਾਧੀ-ਸਥਿਤ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹਨ।[2] ਬਾਹਰ ਤਾਂ ਚੰਦਨ ਦਾ ਟਿੱਕਾ ਲਗਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਪਰ ਅੰਦਰ ਕਤਲ ਦੇ ਮਨਸੂਬੇ ਬਣਾਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[3]

ਐਸੇ ਪਾਖੰਡੀ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਵੀ ਬਗੁਲ-ਸਮਾਧਿ ਲਗਾ ਕੇ ਬੈਠ ਸਕਦੇ ਹਨ[4], ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਕੋਈ ਸੁਆਰਥ ਜਗਾਈ ਬੈਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਾਹਰੋਂ ਪੰਡਿਤ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮੂਰਤੀਆਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਗਲ ਮਾਲਾ ਲਟਕਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ, ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਤਿਲਕ ਲਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਪੂਜਾ ਵਿਚ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬਗੁਲੇ ਵਾਲੀ ਸਮਾਧੀ ਹੀ ਲਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਪੜਿ ਪੁਸਤਕ ਸੰਧਿਆ ਬਾਦੰ॥ ਸਿਲ ਪੂਜਸਿ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧੰ॥
ਮੁਖਿ ਝੂਠ ਬਿਭੂਖਣ ਸਾਰੰ॥ ਤ੍ਰੈਪਾਲ ਤਿਹਾਲ ਬਿਚਾਰੰ॥
ਗਲਿ ਮਾਲਾ ਤਿਲਕੁ ਲਿਲਾਟੰ॥ ਦੁਇ ਧੋਤੀ ਬਸਤ੍ਰ ਕਪਾਟੰ॥
(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)

ਬੜੇ ਲੋਕ ਬਾਹਰੋਂ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਦਾ ਭੇਖ ਬਣਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅੰਦਰੋਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਭਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਾਹਰੋਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਝੂਠ ਬੋਲਦੇ ਤੇ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧੋਖਾ (ਕਪਟ) ਸੱਚ ਸਮਝਿਆ ਜਾਏਗਾ।

---

1. ਬਾਹਰਿ ਪਾਖੰਡ ਸਭ ਕਰਮ ਕਰਹਿ ਮਨਿ ਹਿਰਦੈ ਕਪਟੁ ਕਮਾਇ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 1417)*
2. ਜੋ ਬਿਨੁ ਪਰਤੀਤੀ ਕਪਟੀ ਕੂੜੀ ਕੂੜੀ ਅਖੀ ਮੀਟਦੇ ਉਨ ਕਾ ਉਤਰਿ ਜਾਇਗਾ ਝੂਠੁ ਗੁਮਾਨੁ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 734)*
3. ਤਨਿ ਚੰਦਨੁ ਮਸਤਕਿ ਪਾਤੀ॥ ਰਿਦ ਅੰਤਰਿ ਕਰ ਤਲ ਕਾਤੀ॥
ਠਗ ਦਿਸਟਿ ਬਗਾ ਲਿਵ ਲਾਗਾ॥ ਦੇਖਿ ਬੈਸਨੋ ਪ੍ਰਾਨ ਮੁਖ ਭਾਗਾ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 1351)*
4. ਇਕਿ ਅਪਣੈ ਸੁਆਇ ਆਇ ਬਹਹਿ ਗੁਰ ਆਗੈ ਜਿਉ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧਿ ਲਗਾਈਐ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 881)*

10.3 ਸੁਭਾਵਿਕ ਆਚਰਣਕ ਹੋੜਾਂ

ਜਿਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਸਲੋਂ ਚੰਗਾ ਮਨੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

10.3.1 ਸ਼ਰਮ

ਸਰਮ, ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਸ਼ਰਮ, ਫ਼ਾਰਸੀ ਦੇ 'ਸ਼ਰਮ' ਦਾ ਤਦਸਮ ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਲੱਜਾ, ਹਯਾ।[1] ਸ਼ਰਮ ਰੱਖਣਾ ਮੁਹਾਵਰਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਅਥਵਾ ਇੱਜ਼ਤ ਰੱਖਣੀ।

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮ ਅਸਾੜੀ ਜੀਉ॥

(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 105)

ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਆਦਮੀ ਸੰਕੋਚ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਵੈਰਾਗ ਵੀ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਭੈ ਵਿਚਿ ਖੁੰਬਿ ਚੜਾਈਐ ਸਰਮੁ ਪਾਹੁ ਤਨਿ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*

ਭਾਵ, ਕੋਰਾ ਰੰਗ ਪਾਹ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੋਭਦਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਸਰੀਰ ਰੂਪ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਖੁੰਬ ਚਾੜ੍ਹ ਕੇ ਚਿੱਟਾ ਕਰ ਵੀ ਲਈਏ ਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਰਮ (=ਵੈਰਾਗ) ਦੀ ਪਾਹ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਉਹ ਸੋਭੇਗਾ ਨਹੀਂ।

ਸਾਡੀ ਸ਼ਰਮ ਸਾਡਾ ਮਾਲਕ ਆਪ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਤਾਂ ਨਸ਼ਰ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਰੱਬ ਤਾਂ ਵੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡੀ ਲਾਜ (ਸ਼ਰਮ) ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਇੱਜ਼ਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[2]

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜਦੋਂ ਭਾਈ ਲਾਲੋ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦਾ ਹਾਲ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, "ਹੁਣ ਲੋਕ-ਲਾਜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹੀ, ਰੱਬ ਦਾ ਡਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਕੂੜ ਹੀ ਕੂੜ ਦਾ ਬੋਲ ਬਾਲਾ ਹੈ।"[3] ਸੋ, ਸ਼ਰਮ ਇਕ ਪਾਸੇ 'ਸ਼ਰਮ ਕਰਨੀ' ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ 'ਲਾਜ-ਰੱਬਾਣੀ'—ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਨਿਖੁੱਟ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਪਰ ਜਦ ਜੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਖ਼ਾਤਬ ਕਰ ਕੇ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਸਰਮ ਦੀਆਂ ਮੁੰਦ੍ਰਾਂ ਪਹਿਨਣ ਤਾਂ ਉਹ ਵੈਰਾਗ ਦੀਆਂ ਮੁੰਦ੍ਰਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।[4]

ਸ਼ਰਮ ਦੋਹਾਂ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸ਼ੋਭਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਲਾਲ ਹੋਇਆ ਮੂੰਹ, ਕਾਲੇ ਹੋਏ ਮੂੰਹ ਨਾਲੋਂ ਹਜ਼ਾਰ ਦਰਜੇ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਵਿਹਾਜਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ ਮਤਾਂ ਇੱਜ਼ਤ ਚਲੀ ਜਾਵੇ।[5]

---

1. 'ਹਯਾ' ਅਰਬੀ ਦਾ ਸਮ-ਅਰਥਕ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜੋ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
2. ਸਰਮ ਪਈ ਨਾਰਾਇਣੈ ਨਾਨਕ ਦਰਿ ਪਈਆਹੁ॥ *(ਬਾਰਾਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 135)*
3. ਸਰਮੁ ਧਰਮੁ ਦੁਇ ਛਪਿ ਖਲੋਏ ਕੂੜੁ ਫਿਰੈ ਪਰਧਾਨੁ ਵੇ ਲਾਲੋ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 722)*
4. ਸਰਮੈ ਦੀਆ ਮੁੰਦ੍ਰਾ ਕੰਨੀ ਪਾਇ ਜੋਗੀ ਖਿੰਥਾ ਕਰਿ ਤੂ ਦਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 908)*
5. ਸਰਮੁ ਗਇਆ ਘਰਿ ਆਪਣੈ ਪਤਿ ਉਠਿ ਚਲੀ ਨਾਲਿ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1243)*

10.3.2.1 ਲੱਜਾ - 1

ਜੋ ਲੱਜਾ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਹੈ, ਉਹ ਰੱਬ ਦੀ ਮਿਹਰ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਹੈ।

ਲੱਜ, ਲੱਜਾ, ਲੱਜਿਆ, ਲਾਜ ਆਦਿ ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਪਦ ਲੱਜਾ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਅਰਥ ਦੋ ਹਨ। ਇਕ ਹੈ ਸ਼ਰਮ, ਹਯਾ ਜਿਵੇਂ :

ਜੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸਹੁ ਮੰਗੀਐ ਤਾ ਲਾਜ ਮਰਾਈਐ ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 590)*

ਸ਼ਰਮ, ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਗਿਰ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਉਪਜਿਆ ਇਕ ਬੜਾ ਦੁਖਦਾਈ ਭਾਵ ਹੈ ਜੋ ਅੱਖ ਉੱਚੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਂਦਾ।

ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਹੈ ਇੱਜ਼ਤ, ਆਨ, ਜਿਵੇਂ :

ਅਬ ਰਾਖਹੁ ਦਾਸ ਭਾਟ ਕੀ ਲਾਜ ॥ *(ਸਵਈਏ ਮਹਲੇ ਚਉਥੇ ਕੇ, ਪੰਨਾ 1400)*

ਇਸ ਦੇ ਅੱਗੇ ਤਿੰਨ ਅਰਥ ਹਨ :

ਇਕ ਅਰਥ ਹੈ ਸ਼ਰਮਾਕਲਤਾ ਜਾਂ ਝਾਕਾ (shyness)। ਇਸ ਵਿਚ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਝਾਕਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਲਉ :

ਗਹਿ ਕੰਠਿ ਲਾਈਐ ਨਹ ਲਜਾਈਐ ਚਰਨ ਰਜ ਮਨੁ ਪਾਗੀਐ ॥
(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 846)

ਦੂਜਾ ਹੈ ਝਿਜਕ ਜਾਂ ਹਿਚਕਿਚਾਹਟ (hesitation)। ਇਸ ਦੀ ਇਕ ਮਿਸਾਲ ਇਉਂ ਹੈ :

ਲਾਜ ਮਰੰਤੀ ਮਰਿ ਗਈ ਘੂਘਟੁ ਖੋਲਿ ਚਲੀ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 931)*

ਇਕ ਹੋਰ ਹੈ ਸਾਦਗੀ ਵਾਲਾ ਸੰਕੋਚ (modesty), ਜਿਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਰੀਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲੁਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਮਿਸਾਲ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ :

ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪਿ ਤਜਿ ਲਾਜ ਲੋਕਾਨੀ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 737)*

ਇਕ ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਅਰਥ ਹੈ ਆਕੁਲਤਾ, ਉਲਝੇਵਾਂ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ (embarrassment)। ਇਸ ਦੀ ਇਕ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਹੈ :

ਤੇਰੇ ਕਹਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਿਆ ਕਹਉ ਮੈ ਬੋਲਤ ਹੀ ਬਡ ਲਾਜ ॥
(ਮਾਰੂ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1103)

ਐਸੀ ਸ਼ਰਮ ਵਿਚ ਅਪਮਾਨ ਜਾਂ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਜੇ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤ ਵਿਚ ਇਕ ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਅਰਥ ਹੈ ਲਿਹਾਜ਼ (ਵੱਡਿਆਂ ਦਾ) ਜਾਂ ਆਦਰ, ਸਤਿਕਾਰ (consideration)। ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਇਉਂ ਹੈ :

ਨਚ ਮਿਤ੍ਰੰ ਨਚ ਇਸਟੰ ਨਚ ਬਾਧਵ ਨਚ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਤਵ ਲਜਯਾ ॥
(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1358)

ਸੋ, ਲੱਜਾ ਦੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਸੂਖਮ ਅਰਥ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਦੋ ਮੁੱਖ ਅਰਥਾਂ ਬਾਰੇ ਅੱਗੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

10.3.2.2 ਲੱਜਾ - 2

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੱਜਾ ਉਸ ਨੂੰ ਆਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਲੱਜਾ ਨਹੀਂ ਆਈ।

ਸੱਚੀ ਲਾਜ ਬੜੀ ਖ਼ੁਸ਼ਗਵਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕੂੜੀ ਲਾਜ (ਕੁਲਾਜ) ਬਦਤਹਿਜ਼ੀਬ! ਇਕ ਲਾਜ ਧਰਮ ਪਰਾਇਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਕ ਸੰਸਾਰ ਪਰਾਇਣ। ਇਕ ਲਾਜ ਉਹਨਾਂ ਦੁਰਜਨਾਂ ਪੁਰ ਲਾਗੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਛੋੜ ਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤਿਆਂ, ਭੇਖੀ ਸਾਧੂਆਂ ਆਦਿ ਮਗਰ ਲੱਗੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।[1] ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਛੋੜ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬਿਰਥਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਕਹਿਣੀ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਲਾਜ ਨਾਲ ਮਰਨਾ ਹੈ।[2] ਮੰਗਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਮੰਗੀਏ, ਹੋਰਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਮੰਗਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ ਨਾਲ ਮਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਤਾਂ ਲੱਜ ਉਸੇ ਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[4] ਜੋ ਨਾਮ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੁੜਿਆ, ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਡੁੱਬ ਮਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।[5] ਨਾਮ ਵਿਹੂਣੇ ਤਾਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੀ ਇਹ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ?[6]

ਹੁਣ ਲਈਏ ਸੰਸਾਰ ਪਰਾਇਣ ਲਾਜ। ਸੰਸਾਰਕ ਲੋੜਾਂ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਜੋ ਆਪਣੀ ਤਤਕਾਲ ਪੂਰਤੀ ਮੰਗਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਭੁੱਖ ਹੈ। ਭੁੱਖਾ, ਰੋਟੀ ਲਈ ਨਿਲੱਜਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7] ਉਹ ਤਾਂ ਲਾਜ, ਕੁਲਾਜ, ਬੋਲ-ਕੁਬੋਲ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹੋ ਗੱਲ ਹੋਰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਵੀ ਹੈ।

ਕਾਮ ਵਾਸਨਾ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਭਟਕਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੋੜ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਪਰ ਘਰ ਸੁੰਘਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਲਾਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ? ਗੌਤਮ ਰਿਸ਼ੀ ਦੀ ਇਸਤਰੀ ਅਹਿਲਿਆ ਨੂੰ ਭੋਗਣ ਉਤਰਿਆ ਇੰਦਰ ਸਹਸ-ਭਗ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਲਾਜ ਦੇ ਮਾਰੇ ਸਾਗਰ ਵਿਚ ਛਾਲ ਮਾਰ ਗਿਆ। ਭਾਵੇਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਨਿਲੱਜਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚੰਗੇ ਮੰਦੇ ਸਭ ਨੂੰ ਸਾਂਭਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਵਡਿਆਈ ਹੈ।

---

1. ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਤਜਿ ਕਤ ਲਾਗੀਐ ਜਿਸੁ ਬਿਨੁ ਮਰਿ ਜਾਈਐ ਰਾਮ॥
   ਲਾਜ ਨ ਆਵੈ ਅਗਿਆਨ ਮਤੀ ਦੁਰਜਨ ਬਿਰਮਾਈਐ ਰਾਮ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 848)*
2. ਸੋ ਐਸਾ ਪ੍ਰਭੁ ਛੋਡਿ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਅਵਰਾ ਪਹਿ ਕਹੀਐ ਅਵਰਾ ਪਹਿ ਕਹਿ ਮਨ ਲਾਜ ਮਰਾਸਾ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 860)*
3. ਹਰਿ ਇਕੋ ਦਾਤਾ ਮੰਗੀਐ ਮਨ ਚਿੰਦਿਆ ਪਾਈਐ॥
   ਜੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸਹੁ ਮੰਗੀਐ ਤਾ ਲਾਜ ਮਰਾਈਐ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 590)*
4. ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਵਿਣੁ ਕਿਸੈ ਨ ਰਹੀਆ ਲਜ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 518)*
5. ਲਾਜ ਮਰੈ ਜੋ ਨਾਮੁ ਨ ਲੇਵੈ॥ ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਸੁਖੀ ਕਿਉ ਸੋਵੈ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1148)*
6. ਆਵਤ ਜਾਤ ਲਾਜ ਨਹੀ ਲਾਗੈ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਬੂਡੈ ਬਾਰੋ ਬਾਰ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1344)*
7. ਸੂਕਰ ਕੂਕਰ ਜੋਨਿ ਭ੍ਰਮੇ ਤਊ ਲਾਜ ਨ ਆਈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 692)*

10.3.2.3 ਲੱਜਾ - 3

ਪਾਪ ਕਰਮ ਨਾਲੋਂ ਨਿਲੱਜਤਾ ਵੱਧ ਭੈੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਲਾਜ ਰੱਖਣ ਦਾ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇੱਜ਼ਤ ਰੱਖਣੀ, ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲੈਣਾ। ਇਹੋ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਬਿਰਦ ਹੈ।[1] ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਸਦਾ ਭੁੱਲਣਹਾਰ ਹੈ, ਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕੇਵਲ ਖਿਮਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਭੂਲ-ਵਿਗਾੜ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਲਾਜ ਵੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[2] ਕੇਵਲ ਲਾਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ, ਅਪਨਾਅ ਵੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[3] ਉਸ ਨੂੰ ਸਰਣ ਆਇਆਂ ਦੀ ਲਾਜ ਹੈ।[4] ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਹਰ ਸਮੇਂ ਜੀਆਂ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖਣ ਦਾ ਅਉਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[5]

ਉਹ ਤਾਂ ਭਿਆਨਕ ਠੱਗਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਲਾਜ ਵੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਜ ਠੱਗ ਹਨ: ਰਾਜ, ਮਾਲ, ਰੂਪ, ਜਾਤਿ ਤੇ ਜੋਬਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਦੂਜਾ ਕਉਣ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?[6] ਇਹ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਕਲਜੁਗ ਦੇ ਕਾਲ ਦੀ ਮਹਾ ਬਿਖਿਆ ਵਿਚ ਵੀ ਜੀਆਂ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[7]

ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਭੈੜਾ ਹੈ, ਮਨੋਂ ਭੈੜਾ ! ਇੱਜ਼ਤ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਵਜੋਂ ਵੀ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਜੇ ਪਾਜ ਉਘੜ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕੀ ਬਣੇਗਾ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਚੇਤਾਵਨੀ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਹਮ ਮੰਦੇ ਮੰਦੇ ਮਨ ਮਾਹੀ॥ ਸਾਝ ਪਾਤਿ ਕਾਹੂ ਸਿਉ ਨਾਹੀ॥
ਪਤਿ ਅਪਤਿ ਤਾ ਕੀ ਨਹੀ ਲਾਜ॥ ਤਬ ਜਾਨਹੁਗੇ ਜਬ ਉਘਰੈਗੋ ਪਾਜ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 324)

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਭਗਤ ਵੱਛਲ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਲਾਜ ਤਾਂ ਰੱਖਦਾ ਹੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਬਿਰਦ ਹੈ।[8] ਪਰ ਉਹ ਤਾਂ ਨਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਪੱਤ ਵੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਤੱਕ ਲਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਲਾਜ ਪਤ ਵੀ ਬਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[9]

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਭਨਾਂ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜੇਕਰ ਮਨੁੱਖ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੇਵਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ (ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ) ਲੂਣ ਵਾਂਗ ਘੁਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤਿਸਹਿ ਤਿਆਗਿ ਮਾਨੁਖੁ ਜੇ ਸੇਵਹੁ ਤਉ ਲਾਜ ਲੋਨੁ ਹੋਇ ਜਾਈਐ॥

(ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1214)

---

1. ਨਾਨਕ ਲਾਜ ਬਿਰਦ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਨਾਮੁ ਤੁਹਾਰਉ ਲੀਨਉ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੯, ਪੰਨਾ 633)*
2. ਹਮ ਭੂਲਿ ਵਿਗਾੜਹ ਦਿਨਸੁ ਰਾਤਿ ਹਰਿ ਲਾਜ ਰਖਾਏ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 450)*
3. ਨਾਨਕ ਆਹਿ ਸਰਣ ਪ੍ਰਭ ਆਇਓ ਰਾਖੁ ਲਾਜ ਅਪਨਾਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 402)*
4. ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 12)*
5. ਅਉਸਰ ਲਜਾ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਸਧਨਾ ਜਨੁ ਤੋਰਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਸਧਨਾ, ਪੰਨਾ 858)*
6. ਰਾਜੁ ਮਾਲੁ ਰੂਪੁ ਜਾਤਿ ਜੋਬਨੁ ਪੰਜੇ ਠਗ॥
   ਏਨੀ ਠਗੀਂ ਜਗੁ ਠਗਿਆ ਕਿਨੈ ਨ ਰਖੀ ਲਜ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1288)*
7. ਕਲੀ ਕਾਲ ਮਹਾ ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਲਜਾ ਰਾਖੀ ਰਾਮ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 682)*
8. ਭਗਤਿ ਵਛਲੁ ਹਰਿ ਬਿਰਦੁ ਹੈ ਹਰਿ ਲਾਜ ਰਖਾਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 449)*
9. ਨ ਜਾਣਾ ਹਰੇ ਮੇਰੀ ਕਵਨ ਗਤੇ॥
   ਹਮ ਮੂਰਖ ਅਗਿਆਨ ਸਰਨਿ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਰਾਖਹੁ ਮੇਰੀ ਲਾਜ ਪਤੇ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 876)*

10.3.3.1 ਪਛਤਾਵਾ - 1

ਜਿਸ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ 'ਤੇ ਅਫ਼ਸੋਸ ਕਰਨ ਜੋਗੀ ਵਿਹਲ ਨਹੀਂ,
ਉਸ ਕੋਲ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਪਛਤਾਵਾ ਜਾਂ ਪਛੋਤਾਪ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ "ਪਿੱਛੋਂ ਚੜ੍ਹਿਆ ਤਾਪ"। ਕੁਝ ਕੀਤੇ ਪਿੱਛੋਂ ਕਿਸੇ ਅਯੋਗ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਣਾ ਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਦੁੱਖ ਮਨਾਉਣਾ ਹੀ ਪਛਤਾਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਛਤਾਵਾ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕੀਤੇ ਦਾ ਪਛਤਾਵਾ—ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਾਹਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮੀਰਾ ਬਾਈ ਦੀ ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਤੋਂ ਕਿ 'ਜੋ ਮੈਂ ਐਸਾ ਜਾਨਤੀ ਪ੍ਰੀਤ ਕੀਏ ਦੁਖ ਹੋਇ, ਨਗਰ ਢੰਢੋਰਾ ਫੇਰਤੀ ਪ੍ਰੀਤ ਨ ਕਰੀਓ ਕੋਇ।' ਜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 918)

ਇਕ ਹੋਰ ਪਛਤਾਵਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਕੀਤੇ ਦਾ। ਜਿਵੇਂ:

ਐਵੇਂ ਗਈ ਵਿਹਾਇ...

ਪਛਤਾਵਾ ਕਈ ਪੱਧਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਝੋਰਾ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਖੇਦ ਉਠਦਾ ਹੈ, ਅਫ਼ਸੋਸ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਗੁਨਾਹ ਚੇਤੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਇਉਂ ਚਿਤਰਦੇ ਹਨ:

ਹਉ ਅਪਰਾਧੀ ਗੁਨਹਗਾਰੁ ਹਉ ਬੇਮੁਖ ਮੰਦਾ॥
ਚੋਰੁ ਜਾਰੁ ਜੂਆਰਿ ਹਉ ਪਰ ਘਰਿ ਜੋਹੰਦਾ॥
ਨਿੰਦਕੁ ਦੁਸਟੁ ਹਰਾਮਖੋਰ ਠਗੁ ਦੇਸ ਠਗੰਦਾ॥
ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮਦੁ ਲੋਭੁ ਮੋਹੁ ਅਹੰਕਾਰ ਕਰੰਦਾ॥
ਬਿਸਾਸਘਾਤੀ ਅਕਿਰਤਘਨ ਮੈ ਕੋ ਨ ਰਖੰਦਾ॥
ਸਿਮਰਿ ਮੁਰੀਦਾ ਢਾਡੀਆ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਖਸੰਦਾ॥ *(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ 36.21)*

ਜਾਂ ਫਿਰ ਜਿਹੜੇ ਬਿਖਿਆ ਰਸਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਦ ਉਹ ਛੋੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਖਿਨ ਮਹਿ ਛੋਡਿ ਜਾਇ ਬਿਖਿਆ ਰਸੁ ਤਉ ਲਾਗੈ ਪਛੁਤਾਪ॥

(ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ 8, ਪੰਨਾ 1200)

ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਕੇਵਲ ਝੋਰਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਮਨ ਵਿਚ ਬੇਚੈਨੀ ਵੀ ਜਾਗਦੀ ਹੈ। ਰੁਦਨ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਰ ਬਾਰ ਅਉਗੁਣਾਂ ਦਾ ਇਕਬਾਲ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਬਾਰ ਬਾਰ ਰੋਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਮੁੜ ਐਸਾ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕਰਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੌਬਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਜ਼ਾ ਕਦੇ ਕਦੇ ਮਰਨ ਤਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੂਫ਼ੀ ਲੋਗ ਇਸ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਕੁਫ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਵਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਜੇ ਕਾਮਯਾਬ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਅੱਗੇ ਮੈਲ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਜੋਦੜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਜਾਂ ਫਿਰ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਕਸੂਰਵਾਰਤਾ ਕਬੂਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਧਰਮ-ਦੰਡ ਦੀ ਯਾਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੰਗਤ ਜੋ ਵੀ ਧਰਮ-ਖੰਡ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਿਖ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿਚ 'ਤਨਖ਼ਾਹ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਲਗਾਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪਰਵਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

10.3.3.2 ਪਛਤਾਵਾ - 2

ਪਛਤਾਵਾ ਕੀਤੇ ਕੁਕਰਮਾਂ ਦੇ ਅਫ਼ਸੋਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਗਦਾ ਹੈ; ਬਹੁਤਾ ਇਸ ਡਰ ਤੋਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੁਕਰਮਾਂ ਕਾਰਨ ਸਾਡਾ ਬਣੇਗਾ ਕੀ!

ਪਛਤਾਵਾ ਅਸਲੋਂ ਮਨ ਦਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੈ। ਇਸ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੱਖ ਹਨ:

ਪਹਿਲਾ ਬੌਧਿਕ : ਇਸ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ, ਰੱਬ ਬਾਰੇ ਤੇ ਕੁਕਰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚਦਾ ਸੀ, ਮੈਂ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਹਾਂ, ਜੋ ਚਾਹਾਂ ਕਰਾਂ। ਰੱਬ ਕਿਹੜਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ—ਲੋਕ ਹੀ ਵੇਖਦੇ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪਰਦਾ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਗੁਨਾਹ ਦਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਲੱਗਣੈ ? ਗੁਨਾਹ ਤੋਂ ਝਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਰਸ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਛਤਾਵਾ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਕ ਜੇ ਕੁਕਰਮਾਂ ਕਰ ਕੇ ਜਾਨ ਕੁੜੱਕੀ ਵਿਚ ਆ ਗਈ ਹੋਵੇ; ਦੂਜੇ ਜੇ ਰੱਬ ਦੀ ਸਰਬੱਗਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਜਾਗ ਪਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਰੱਬ ਸਾਥੋਂ ਆਚਰਣਕ ਸਚਿਆਰਤਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡਾ ਭ੍ਰਸ਼ਟ ਆਪਾ ਸਾਨੂੰ ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ।

ਦੂਜਾ ਪੱਖ ਭਾਵੁਕ ਹੈ : ਇਸ ਵਿਚ ਸੋਗ, ਦੁੱਖ ਤੇ ਖੇਤ ਦੇ ਭਾਵ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੀਸਰਾ ਪੱਖ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਾ ਹੈ : ਇਸ ਵਿਚ ਇਰਾਦਾ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਝੁਕਾਉ ਬਦਲਦੇ ਹਨ, ਮੰਤਵ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਕੁਕਰਮਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਨ ਫਿਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਨਾਹ ਬਖ਼ਸ਼ਾਉਣ ਲਈ ਤੜਪ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖਿਮਾ ਯਾਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਪਛਤਾਵੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਆਲੋਚਨਾ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਤਮ-ਨਿਖੇਧੀ ਵੀ। ਗ਼ਲਤੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕੀਤੇ ਲਈ ਅਫ਼ਸੋਸ ਵੀ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੱਗੋਂ ਲਈ ਸੁਧਾਰ ਅਥਵਾ ਆਤਮ-ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਦਿਲੋਂ ਮਤਾ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਵਿਚ ਆਪ ਸਫਲ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੈਵੀ ਮਦਦ ਦੀ ਵੀ ਯਾਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ ਤਰਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਕਦੇ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਕੁਫ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਪਛਤਾਵੇ ਦਾ ਅੰਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਪਰਿਣਾਮ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਛਤਾਵਾ, ਰੱਬ ਨੂੰ ਧਰਵਾਸ ਦੇਣਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਮਨ ਦੀ ਇਕ ਅਵਸਥਾ ਹੈ ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਅਸੀਂ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸੱਚਾ ਪਛਤਾਵਾ ਸਿਦਕ ਬਗ਼ੈਰ ਨਹੀਂ ਜਾਗ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕਾ ਹੀ ਜਾਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੇ ਪਛਤਾਵੇ ਨੂੰ ਮਾਲਕ ਸੁਕਰਮ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਵਾਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

10.3.3.3 ਪਛਤਾਵਾ - 3

ਸੱਚੇ ਪਛਤਾਵੇ ਨੂੰ ਰੱਬ ਪੁੰਨ ਬਰਾਬਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਾਰਕ ਪਛਤਾਵੇ ਵੀ ਬੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਸਾਂ ਤਾਂ ਗੱਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਛਤਾਵੇ ਦੀ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਛਤਾਵਾ ਜੋ ਬਹੁਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਅਉਗਨ ਵਿਹਾਜੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ।[1] ਜੇਕਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਗੰਠੜੀ ਗੁਆ ਲਈਏ ਤੇ ਅਵਗਣਾਂ ਦੀ ਪੰਡ ਬੰਨ੍ਹ ਤੁਰੀਏ ਤਾਂ ਚੱਲਣ ਲੱਗਿਆਂ ਪਛਤਾਵਾ ਤਾਂ ਅਵੱਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ।

ਅਵਗਣ ਵਿਹਾਜਦੇ ਹਾਂ ਕੁਮਤ ਕਾਰਨ।[2] ਕੁਮਤ ਦੂਰ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਏ ਜੇ ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਉੱਪਰ ਚੱਲਣ ਦਾ ਉੱਦਮ। ਪਰ ਜੇ 'ਗੁਰੂ' ਹੀ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ :

ਗੁਰੂ ਜਿਨਾ ਕਾ ਅੰਧੁਲਾ ਚੇਲੇ ਨਾਹੀ ਠਾਉ ॥
ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਉ ਨ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਕਿਆ ਸੁਆਉ ॥
ਆਇ ਗਇਆ ਪਛੁਤਾਵਣਾ ਜਿਉ ਸੁੰਞੈ ਘਰਿ ਕਾਉ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 58)

ਸੱਚਾ ਗੁਰੂ ਨਾਮ ਦੀ ਦਾਤ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਾਰ ਉਤਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਜਪਣਾ, ਆਪਣੇ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਮਾਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਹਿਬ ਵਿਸਰ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਤ ਪਛਤਾਵਾ ਹੀ ਪੱਲੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਅਬਿਨਾਸੀ ਨਾਮ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਨੁੱਖ ਬਿਨਸਣਹਾਰ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮੋਹ ਲਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਉਹ ਬਿਨਸਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।[4] ਇਵੇਂ ਹੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਮਗਰ ਦੌੜਦਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਜਦਾ ਹੈ। ਪਰ :

ਨਿਮਖ ਕਾਮ ਸੁਆਦ ਕਾਰਣਿ ਕੋਟਿ ਦਿਨਸ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ॥
ਘਰੀ ਮੁਹਤ ਰੰਗ ਮਾਣਹਿ ਫਿਰਿ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਪਛੁਤਾਵਹਿ ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 403)

ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਵੈੜੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਬੀਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[5] ਮਗਰੋਂ ਪਛਤਾਉਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ? ਪਛਤਾਵਾ ਤਾਂ ਉਹੀ ਸਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਦਲਾਵ ਲਿਆ ਸਕੇ। ਜਿਸ ਦੇ ਕੋਲ ਪਛਤਾਵੇ ਲਈ ਵੀ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਸੁਧਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਸਹੀ ਪਛਤਾਵਾ ਤਾਂ ਸੁਧਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ।

---

1. (ੳ) ਹਉਮੈ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਾਇ ਘਣੇਰੀ ਕਰਿ ਅਵਗਣ ਪਛੋਤਾਵਣਿਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 109)*
   (ਅ) ਜੇਹਾ ਆਇਆ ਤੇਹਾ ਜਾਸੀ ਕਰਿ ਅਵਗਣ ਪਛੋਤਾਵਣਿਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 114)*
2. ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਵਹਿਗਾ ਮੂੜਿਆ ਤੂੰ ਕਵਨ ਕੁਮਤਿ ਭ੍ਰਮਿ ਲਾਗਾ ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)*
3. ਸਾਹਿਬੁ ਰਿਦੈ ਵਸਾਇ ਨ ਪਛੋਤਾਵਹੀ ॥
   ਗੁਨਹਾਂ ਬਖਸਣਹਾਰੁ ਸਬਦੁ ਕਮਾਵਹੀ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 420)*
4. ਓਹ ਬਿਨਸੈ ਉਹੁ ਮਨਿ ਪਛੁਤਾਵੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 268)*
5. ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਵੈ ਜਬ ਰੈਣਿ ਬਿਹਾਵੈ ॥
   ਕਰਮਹੀਣਿ ਮਨਮੁਖਿ ਦੁਖੁ ਪਾਵੈ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 737)*

11.0 ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਸਾਧਨ

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਫਲ ਲੈਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦਰੱਖ਼ਤ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

11.1 ਉੱਦਮ

ਹਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਆਰੰਭ ਉੱਦਮ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਭਾਵੇਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਹੋਵੇ। ਉੱਦਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਕਮਾਈ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ, ਨਾ ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੇ ਨਾ ਰੂਹਾਨੀ।

ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚੁ॥
ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 522)*

ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਉੱਦਮ ਹੀ ਉਪਦੇਸ਼ਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਮਨਸਾ ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੀ ਜਾਗਤ ਹੀ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ॥
(ਆਸਾ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 485)

ਪਰ ਉੱਦਮ ਸਹੀ ਪਾਸੇ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਸਹੀ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਗ਼ਲਤ ਪਾਸੇ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਗ਼ਲਤ ਨਤੀਜੇ। ਚੋਰ ਵੀ ਉੱਦਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜ਼ਾਲਮ ਵੀ। ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਉੱਦਮ ਹੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਕਮਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਦੁਕ੍ਰਿਤ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਉੱਦਮ ਨੈਤਿਕ ਅਵੰਨਤੀ ਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਆਹਰ ਸਭਿ ਕਰਦਾ ਫਿਰੈ ਆਹਰੁ ਇਕੁ ਨ ਹੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਜਿਤੁ ਆਹਰਿ ਜਗੁ ਉਧਰੈ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਇ॥
(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 965)

ਇਸੇ ਵਾਸਤੇ ਚੇਤੰਨ ਹੋਣਾ, ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਜਾਗਣਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਪਾਸੇ ਦੀ ਜਾਗ ਲੱਗਣ ਨਾਲ, ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਵੱਲ ਮਨ ਦੇ ਮੰਨ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੀ ਰੂਹਾਨੀ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਰਾਹ ਲੱਭਦਾ ਹੈ।

ਉਦਮੁ ਸੋਈ ਕਰਾਇ ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਗੁਣ ਗਾਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 137)*

ਜਦ ਵੀ ਕੋਈ ਸੁੱਚੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਉੱਦਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਮਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹੀ ਉੱਦਮ ਵਿੱਚੋਂ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉੱਦਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਆਨਦੁ ਭਇਆ ਸਿਮਰਤ ਸੁਖ ਸਾਰੁ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 815)*

ਰੱਬ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਜੂਝਣ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਅਸਫਲਤਾ ਤੋਂ ਨਹੀਂ। ਤਦੇ ਸਾਨੂੰ ਉੱਦਮ ਨਾਲ ਜੂਝਣਾ ਬਣ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਫਲ ਨਾਲ ਨਹੀਂ। ਉੱਦਮ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਰਤ ਹੈ। ਐਸੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਉੱਦਮ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਫਿਰ ਅਗਾਂਹ ਵੱਲ ਹੀ ਉਲਾਂਘਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦਾ।

ਆਗਾਹਾ ਕੂ ਤ੍ਰਾਘਿ ਪਿਛਾ ਫੇਰਿ ਨ ਮੁਹਡੜਾ॥
(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਡਖਣੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1096)

11.2.1 ਕਿਰਤ ਸਭਿਆਚਾਰ - 1

ਜਿਸ ਨੇ ਕਿਰਤ ਨਹੀਂ ਵਿਹਾਜੀ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਾਸ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ ?

ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਨਾ ਮਿਹਣਾ ਹੈ ਨਾ ਸਰਾਪ। ਵਿਹਲੜਪੁਣਾ ਮਿਹਣਾ ਵੀ ਹੈ, ਸਰਾਪ ਵੀ। ਘਾਲਨਾ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਆਤਮ-ਸੰਮਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਤਮ-ਸੰਮਾਨ ਅਧਿਆਤਮ ਦੀ ਜਿੰਦ ਜਾਨ ਹੈ।

ਜੇ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਰੱਬ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਉਚੇਚੀ ਮਿਹਰ ਨਾਲ ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਚੌਪਾਇਆਂ ਦੀ ਲੰਮੀ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਇਸੇ ਨੂੰ ਪਿਛਲੀਆਂ ਦੋ ਟੰਗਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰ, ਅਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਹਲਿਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਹੱਥ ਨੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਉਂਗਲਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਜੁ ਮਨੁੱਖ ਸੰਦ ਫੜਨ ਤੇ ਵਰਤਣ ਜੋਗਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਜਦ ਸਾਨੂੰ ਰੱਬ ਨੇ ਆਪ ਮਿਹਨਤ ਜੋਗਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਤਨੀ ਕੁ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਦੀ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਸਾਡੇ ਉਪਰ ਲਾਜ਼ਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਆਪ ਕਿਰਤੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਰਤਾਰ ਹੈ, ਕਰਤਾ ਪੁਰਖ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਕਿਰਤ ਦਾ ਮਹਾਨ ਚੱਕਰ ਚਲਾਇਆ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਿਰਜੇ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਰਤ ਕਰਦਿਆਂ ਵੇਖ ਕੇ ਕਿਤਨਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ? ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਸਾਡੇ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਕਾਇਮ ਕੀਤੀ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਮੱਝਾਂ ਚਾਰੀਆਂ, ਜਵਾਨੀ ਵਿਚ ਮੋਦੀਖ਼ਾਨਾ ਚਲਾਇਆ ਤੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਵਾਹੀ ਕੀਤੀ। ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਵਾਣ ਵੱਟ ਕੇ ਤੇ ਵੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਵਾਣ ਵੇਚ ਕੇ ਆਪਣੀ ਉਪਜੀਵਕਾ ਦਾ ਸਾਧਨ ਕੀਤਾ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਘੁੰਙਣੀਆਂ ਉਬਾਲ ਕੇ ਵੇਚਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਉਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਦਸਾਂ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਕਿਰਤ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਰਦਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਬਾਹਲੇ ਭਗਤ ਵੀ ਕਿਰਤੀ ਸਨ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਜੁਲਾਹੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਧੰਨਾ ਜੀ ਕਿਸਾਨੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਛੀਂਬੇ ਸਨ। ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਚੰਮ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਧਨਾ ਜੀ ਕਸਾਈ ਸਨ। ਸੈਣ ਜੀ ਨਾਈ ਸਨ।

ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਤੇ ਭਗਤ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ ਦੀ ਇਕ ਵਾਰਤਾ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਇਉਂ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ :

ਨਾਮਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨੁ ਮੀਤ ॥
ਕਾਹੇ ਛੀਪਹੁ ਛਾਇਲੈ ਰਾਮ ਨ ਲਾਵਹੁ ਚੀਤੁ ॥
ਨਾਮਾ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨਾ ਮੁਖ ਤੇ ਰਾਮੁ ਸੰਮ੍ਹਾਲਿ ॥
ਹਾਥ ਪਾਉ ਕਰਿ ਕਾਮੁ ਸਭੁ ਚੀਤੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1375)*

ਇਉਂ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਹੱਥ ਕਾਰ ਵੱਲ ਤੇ ਚਿੱਤ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲ' ਦੀ ਪ੍ਰਥਾ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਤੇ ਭਗਤਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਚਲਤ ਕੀਤੀ। ਇਸੇ ਉਪਰ ਸਿੱਖ ਅਧਿਆਤਮ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ।

11.2.2 ਕਿਰਤ ਸਭਿਆਚਾਰ - 2

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਉਹ ਕਿਸ ਕੰਮ ਦੇ ?

ਸਿੱਖੀ ਵਿਚ ਕਿਰਤ ਕਰਨੀ ਪੂਜਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁੱਲ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਮ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਅਰਦਾਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਦੀ। ਕਿਰਤ ਕੇਵਲ ਕਮਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ੁਕਰ-ਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਵੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹੱਥ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਸੁੱਚੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨਾ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ। ਸੁੱਚੀ ਕਿਰਤ ਦਾ ਮੁਖੜਾ ਖਿੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਜੇਕਰ ਕੰਮ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਰੀਝਾਉਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਾਤਰ ਬਣਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਕੰਮ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਿੱਖੀ ਵਿਚ ਕਿਰਤ ਕਮਾਉਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਸਾਧਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਹਲੜ ਤੇ ਕੰਮ-ਚੋਰ ਰੱਬ ਦੇ ਭਗਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਜੋ ਮੰਗਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ :

ਘਰਿ ਘਰਿ ਮਾਗੈ ਜਗੁ ਪਰਬੋਧੈ ਮਨਿ ਅੰਧੈ ਪਤਿ ਹਾਰੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1012)*

ਮੰਗਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਾਜ ਪਤ ਪਰਾਏ ਪਾਸ ਗਿਰਵੀ ਰੱਖਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ :

ਜੋਗੀ ਬੈਸਿ ਰਹਹੁ ਦੁਬਿਧਾ ਦੁਖੁ ਭਾਗੈ॥
ਘਰਿ ਘਰਿ ਮਾਗਤ ਲਾਜ ਨ ਲਾਗੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 903)*

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਹਰ ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਹੀਣਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮੰਗਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਮੰਗਤਾ ਪਵਿੱਤਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਅਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਪੈਰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਵਰਜਦੇ ਹਨ :

ਗੁਰੁ ਪੀਰੁ ਸਦਾਏ ਮੰਗਣ ਜਾਇ॥ ਤਾ ਕੈ ਮੂਲਿ ਨ ਲਗੀਐ ਪਾਇ॥
ਘਾਲਿ ਖਾਇ ਕਿਛੁ ਹਥਹੁ ਦੇਇ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਹੁ ਪਛਾਣਹਿ ਸੇਇ॥
(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1245)

ਕੇਵਲ ਮੰਗਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਉਪਜੀਵਕਾ ਕਮਾਉਣ ਦੇ ਹਰ ਅਯੋਗ ਸਾਧਨ—ਚੋਰੀ[1], ਠੱਗੀ[2], ਲੁੱਟ-ਖੋਹ, ਰਿਸ਼ਵਤਖ਼ੋਰੀ[3] ਆਦਿ ਸਭ ਨੂੰ ਨਿੰਦਣ ਯੋਗ ਦੱਸਿਆ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਕਰਮ ਹਨ ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ੇ ਕਿਰਤ ਸਚਿਆਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹਨ।

---

1. (ੳ) ਚੋਰ ਕੀ ਹਾਮਾ ਭਰੇ ਨ ਕੋਇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 662)*
   (ਅ) ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ ਘਰੁ ਮੁਹੈ ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ॥
   ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਞਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੋਰ ਕਰੇਇ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 472)*
2. ਠਗ ਦਿਸਟਿ ਬਗਾ ਲਿਵ ਲਾਗਾ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਬੇਣੀ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1351)*
3. ਵਢੀ ਲੈ ਕੈ ਹਕੁ ਗਵਾਏ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 951)*

11.2.3 ਕਿਰਤ ਸਭਿਆਚਾਰ - 3

ਕਿਰਤ ਕਰਨੀ ਕੋਈ ਸਰਾਪ ਨਹੀਂ, ਅਕੇਵੇਂ ਭਰੀ ਵਿਗਾਰ ਸਰਾਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਿਰਤ ਕਰਨੀ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਖ਼ਾਸ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਹੈ, ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਉਚੇਰੀ ਮਿਹਰ। ਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਰੱਬ ਆਪ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਿਰਤੀ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਲਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਰੱਬ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਲਈ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਤੀ ਮਿਹਨਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਤਾਂ ਪੱਥਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਅੱਗ ਕੱਢੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਤ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹੀ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਅਕੇਵੇਂ ਤੋਂ ਵੀ ਬਚਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਲਈ ਵਿਹਲ ਤੋਂ ਵੀ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਕਿਰਤ ਦਾ ਗੌਰਵ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ।

ਸੁੱਚੀ ਕਿਰਤ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਬੜਾ ਸੁੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਘਾਲਨਾ ਬਾਝੋਂ ਚਿਹਰੇ ਕੁਮਲਾਏ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਮੈਲਾ ਸਰੀਰ ਤੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਨਹੁੰ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰੱਬ ਵੀ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਕਮਾਈ 'ਤੇ ਹੀ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸੁੱਚੀ ਕਿਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਕੂੜਾ ਧੰਧਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ:

ਧੰਧਾ ਕਰਤ ਸਗਲੀ ਪਤਿ ਖੋਵਸਿ ਭਰਮੁ ਨ ਮਿਟਸਿ ਗਵਾਰਾ॥

(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1127)

ਐਸੇ ਲੋਕ ਸੰਜਮ ਤੇ ਸੁੱਚਮ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਰਜਿਤ ਆਹਾਰ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।[1]

ਜੇ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਰੱਬ ਨੇ ਉਚੇਰੀ ਰਹਿਮਤ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਕਿਰਤ ਜੋਗਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਕ ਮਿਹਰ ਸਾਡੇ ਪੁਰ ਇਹ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸਿਖਾ ਦਿੱਤੀ। ਇਉਂ ਸਾਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਮਿਲੀ, ਕਵਿਤਾ ਮਿਲੀ, ਗਿਆਨ ਤੇ ਸੁਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ। ਇਹੋ ਮਿਹਰ ਸਾਨੂੰ ਨਾਮ ਜਪਣ ਜੋਗਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਸਾਨੂੰ ਰੱਬ ਨੇ ਮਿਹਨਤ ਜੋਗਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਤਨੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਸਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿਰਤ ਕਰ ਕੇ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਵਿਹਲਿਆਂ ਬੈਠ ਕੇ ਉਦਾਸੀ ਸਹੇੜਨ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਤ ਕਰਨੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਕਿਰਤ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਵਿਗਾਰ ਕੱਟੀ ਹੈ। ਸੁੱਚੇ ਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਤਾਂ ਰੱਬ ਆਪ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਸੀਲੁ ਸੰਜਮੁ ਸੁਚ ਭੰਨੀ ਖਾਣਾ ਖਾਜੁ ਅਹਾਜੁ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 1243)*

11.3.1 ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣਾ - 1

ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੰਡਣ ਵਿਚ ਹੈ।

ਵੰਡ ਛਕਣ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਉੱਪਰ ਹੈ। "ਜਪੀਐ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਅੰਨੁ"[1] ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ ਅੰਨ ਤੋਂ ਭਾਵ ਸੁੱਚੀ ਉਪਜੀਵਕਾ ਦਾ ਸਾਧਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੋ ਧਰਮ ਦੀ ਕਿਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਜਾਂ ਮੰਗਦਾ ਜਾਂ ਲੁੱਟਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਨਖਿੱਧ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਤਾਂ ਦਸਾਂ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਧਰਮ-ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦਾ, ਸੁੱਚੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਘਾਲ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਦਾ ਹੀ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ। ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਵਿਚ ਹੀ ਸਦੀਵੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਕਰਤਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸਾਡੀ ਕਮਾਈ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵੰਡ ਛਕਣ ਦਾ ਨੇਮ ਪਰਮੇਸਰ ਦੀ ਪਿਤ੍ਰਤਾਈ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਮਾਤਰ ਦੀ ਭਰਾਤ੍ਰਤਾ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੈ।[2] ਇਹੋ ਗੁਰੂ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਵੀ ਹੈ:

ਕਰੇ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸਿਖ਼ ਮੁਖ ਪਾਵੈ। ਤਿਸ ਸਿਖ ਕੇ ਗੁਰ ਵਾਰਨੇ ਜਾਵੈ।

(ਰਹਿਤਨਾਮਾ ਭਾਈ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਸਿੰਘ)

ਕੇਵਲ ਮਿੱਤ੍ਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਵੈਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਸਮਝਣਾ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਿੱਤ੍ਰਾਂ ਨਾਲ ਛਕੀਦਾ ਹੈ:

...ਦੇਗ ਤਿਆਰ ਗੁਰ ਹੋਈ।
ਓਸ ਸਮੇ ਵੈਰੀ ਕਿਨ ਆਵੈ,
ਪਰਮ ਮੀਤ ਸਮ ਤਾਹਿ ਛਕਾਵੈ।
ਵੈਰੀ ਮਿਤ੍ਰਨ ਕੋ ਸਮ ਦੈ ਹੈ।
ਬਚੇ ਸੁ ਪਾਛੈ ਖ਼ੁਦ ਖਾ ਲੈ ਹੈ।
ਨਹਿੰ ਤੌ ਲੰਗਰ ਮਸਤ ਬਨੈ ਹੈ।

(ਪੰਥ ਪ੍ਰਕਾਸ਼)

ਗੁਰੂ ਕੇ ਸਿੱਖ ਨਾਲ ਤਾਂ ਜੋ ਵੈਰ ਕਰਨ ਵੀ ਆਵੇ, ਉਹ ਵੀ ਗੁਰੂ ਕੇ ਲੰਗਰ ਲਈ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 873.
2. ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਭਾਈ ਨੰਦ ਲਾਲ ਦੀ 'ਸਾਖੀ ਰਹਿਤ ਕੀ' ਵਿਚ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ: "ਜੋ ਇਕਸੁ ਗੁਰਭਾਈ ਸਿਖ ਕੋ ਭਾਓ ਸਾਥ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਖਵਾਵੈ ਤ੍ਰਾਂ ਉਸ ਕਾ ਸਉ ਗੁਣਾ ਹੋਇ ਫਲਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਜੋ ਗੁਰਭਾਈ ਗੁਰੂ ਸਮਾਨ ਹੈ।"

11.3.2 ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣਾ - 2

ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਏਡੀ ਵੱਡੀ ਮਿਹਰ ਨਹੀਂ ਜੇਡੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਸਤ ਦਾ ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣਾ ਹੈ।

ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣ ਵਾਲੇ ਦੈਵੀ ਪਿਆਰ ਦੇ ਸਾਧਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰੱਬ ਦੇ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਅਸੀਂ ਰੱਬ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ? ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ? ਆਪਣੀ ਘਾਲ ਕਮਾਈ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਵੰਡਣਾ ਰੱਬ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸਾਖ ਭਰਨਾ ਹੈ।[1]

ਇਹ ਪੂਰਨੇ ਤਾਂ ਬਾਬੇ ਨਾਨਕ ਨੇ ਆਪ ਪਾਏ ਸਨ। ਜਦ ਸੁਲਤਾਨਪੁਰ ਲੋਧੀ ਆਪ ਨੇ ਮੋਦੀਖ਼ਾਨੇ ਦਾ ਕੰਮ ਸੰਭਾਲਿਆ ਤਾਂ "...ਜੋ ਕੁਛ ਆਲੂਫ਼ਾ (=ਭੱਤਾ) ਨਾਨਕ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਖਵਾਇ ਪਰਮੇਸਰ ਕੇ ਅਰਥ ਦੇਵੈ ਅਰਿ ਰਾਤ ਕੋ ਕੀਰਤਨ ਹੋਵੈ। ...ਸਭ ਕੋਈ ਰੋਟੀਆਂ ਲੱਗਾ ਬਾਬੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਖਾਵਣਿ। ਬਾਬੇ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸਭ ਸੁਖਾਲੀ ਹੋਈ। ਅਤੈ ਜਾ ਬਾਬੇ ਕੀ ਰਸੋਈ ਹੋਵੈ ਤਾਂ ਸਭ ਆਇ ਬਹਿਨ।"[2]

ਇਸੇ ਨੇਮ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਗੁਰੂ ਕੇ ਲੰਗਰ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਝਾ ਹੈ[3], ਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਸੰਗਤ ਤੇ ਪੰਗਤ ਦੀ ਏਕਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਵੰਡ ਛਕਣ ਦੇ ਆਸ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਦਸਵੰਧ ਦੀ ਸੰਸਥਾ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋਈ ਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਦਸਵੰਧ ਤੋਂ ਜੁੜੀ ਮਾਇਆ ਕੌਮ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਲਈ ਖ਼ਰਚੀਣ ਲੱਗੀ। ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਧਰਮ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਕੱਢਣਾ ਸਿੱਖਾਂ ਲਈ ਰਹਿਤ ਦਾ ਭਾਗ ਬਣ ਗਿਆ :

ਦਸ ਨਖ ਕਰ ਜੋ ਕਾਰ ਕਮਾਵੈ॥
ਤਾ ਕਰ ਜੋ ਧਨ ਘਰ ਮੈ ਆਵੈ॥
ਤਿਸ ਕੇ ਗੁਰ ਦਸੌਂਧ ਜੋ ਦੇਈ॥
ਸਿੰਘ ਸੁਯਸ਼ ਬਹੁ ਜਗ ਮਹਿ ਲੇਈ॥ *(ਪ੍ਰਸਨੋਤਰ ਭਾਈ ਨੰਦ ਲਾਲ)*

ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣਾ ਸਿੱਖ ਸਮਾਜਵਾਦ ਦਾ ਆਦਰਸ਼-ਵਾਕ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਦੋ ਪੱਖ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ : (1) ਵਿਆਪਕ ਉੱਥਾਨ ਤੇ (2) ਸਾਂਝਾ ਕਲਿਆਣ। ਵਿਆਪਕ ਉੱਥਾਨ ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਸਮੁੱਚੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਭਲਾਈ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। 'ਜਹਾਂ ਜਹਾਂ ਖ਼ਾਲਸਾ ਜੀ ਸਾਹਿਬ, ਤਹਾਂ ਤਹਾਂ ਰਛਿਆ ਰਿਆਇਤ', 'ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ', 'ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ' ਜਿਹੇ ਵਾਕ ਵਿਆਪਕ ਉੱਥਾਨ ਦੀ ਹੀ ਅਰਦਾਸ ਹਨ। 'ਵੰਡ ਛਕਣ' ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਸਾਂਝੇ ਕਲਿਆਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੂਲਾਧਾਰ ਵਿਸ਼ਵ-ਪਿਆਰ ਹੈ। ਕਮਿਊਨਿਜ਼ਮ ਵਰਗ-ਪਿਆਰ ਵਾਲੀ ਏਕਤਾ ਦਾ ਹਾਮੀ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਸਮਾਜਵਾਦ ਗ਼ਰੀਬਾਂ, ਦਰਦਮੰਦਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨਿਵਾਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਹੈ, ਪਰ ਅਮੀਰ ਨੂੰ ਨਫ਼ਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਨ ਨਹੀਂ। ਸਭੇ ਸਾਂਝੀਵਾਲ ਹਨ।

---

1. ਘਾਲਿ ਖਾਇ ਕਿਛੁ ਹਥਹੁ ਦੇਇ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਹੁ ਪਛਾਣਹਿ ਸੇਇ॥੧॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1245)*
2. *B40 ਜਨਮ ਸਾਖੀ*।
3. ਵਿਸਤਾਰ ਲਈ ਵੇਖੋ ਪ੍ਰਸਾਤਵਨਾ : 'ਦੇਗ ਚਲਾਈ'।

11.4.1 ਸਿਮਰਨ - 1

ਸਿਮਰਨ ਸਾਡੀ ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਬਾਂਹ ਹੈ ਅਰਸ਼ੀ ਦਾਤੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ। ਰਤਾ ਕੁ ਵੀ ਉੱਚੀ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਦਾਤਾ ਆਪਣੀ ਅਤਿ ਵੱਡੀ ਬਾਂਹ ਲੁਡਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਫੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

'ਸਿਮਰਨ' ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਪਦ ਸਮਰਣ ਦਾ ਤਦਭਵ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਯਾਦ ਕਰਨਾ। ਸਿਮਰਨ ਸਾਧਾਰਨ ਚੇਤੇ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਚੇਤੇ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਵਾਂਗ ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਰੱਬ ਆਸਰੇ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਿਆਰੀ ਯਾਦ ਨਾਲ ਲਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।[1] ਐਸਾ ਸਿਮਰਨ ਧਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਤੇ ਧਿਆਨ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਯਾਦ ਤੋਂ ਹਿਲਦਾ ਨਹੀਂ, ਉਸੇ ਉਪਰ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਜਿਥੇ ਜਾਈਏ ਪਿਆਰੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜਹ ਜਾਈਐ ਤਹ ਨਾਲਿ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 197)*

ਕਿਉਂਕਿ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰਦਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ[2], ਕਿਉਂਕਿ ਪਿਆਰ ਕਾਰਨ ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ ਧੂਹ ਪੈਂਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਭਗਤੀ ਮਾਰਗ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਬੜਾ ਭਰੋਸੇਵਾਨ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਸਿਮਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਪ੍ਰਭੂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਹਰੇਕ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਤਦੇ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਜੁੜੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਵਿਰਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।[4] ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[5]

ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆਂ, ਧਿਆਨ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਯਾਦ ਪੁਰ ਕੇਂਦਰਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਦ੍ਵੈਤ ਮਿਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਚਲੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6]

ਜਦ ਹਉਮੈ ਮਿਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਸਾਧਕ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਜੇਭਾ 'ਤੇ ਹਰੀ ਦੇ ਗੁਣ ਵੱਸਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦਾ ਆਸਣ ਨਿਸਚਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਿਰਦੈ ਕਮਲ ਖਿੜ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ, ਅੰਦਰ ਉਸ ਦੇ ਅਨਹਦ ਨਾਦ ਦੀਆਂ ਝੁਣਕਾਰਾਂ ਵੱਜਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਆਤਮਾ ਸਹਿਜ ਦੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[7] ਇਉਂ ਉਹ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਬਿਨਾਸੀ ਪਦ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[8] ਪਰ ਸਿਮਰਨ 'ਤੇ ਉਹ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ 'ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਦਇਆਲ ਹੋਵੇ:

ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਲਾਗੇ ਜਿਨ ਆਪਿ ਦਇਆਲਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 263)*

---

1. ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ॥
ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ॥ *(ਰਾਗ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 10)*
2. ...ਜਸ੍ ਸਿਮਰਣ ਰਿਦੰਤਰਹ॥ *(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1356)*
3. ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 947)*
4. ਹਰਿ ਸਿਮਰਨੁ ਬਹੁ ਮਾਹਿ ਇਕੇਲਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1150)*
5. ਇਹੁ ਸਿਮਰਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਪਾਈਐ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 971)*
6. ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ॥ *(ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 1263)*
7. ਪਹਿਲੀ ਅਸਟਪਦੀ, ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 262-263.
8. ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸਦਾ ਅਬਿਨਾਸੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 263)*

11.4.2 ਸਿਮਰਨ - 2

ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਰੱਬ ਨਾਲ ਆਸ਼ਨਾ ਹੋਣਾ ਹੈ।

ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਲਫ਼ਜ਼ੀ ਅਰਥ ਹੈ ਯਾਦ ਕਰਨਾ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਘੜੀ ਮੁੜੀ ਸਾਨੂੰ ਚੇਤੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਮਾਂ ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਤੇ ਵਾਂਢੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੈ। 'ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੁਣੇ ਏਥੇ ਸੀ, ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਅੱਗੋਂ ਉਹਦੀ ਸੂਰਤ ਹੱਟਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਐਹ ਵੇਲਾ ਉਸ ਦਾ ਨਾਸ਼ਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸੀ, ਏਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਸਕੂਲ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਉਹ ਪਹਾੜ 'ਤੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੈ ਸੋ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਯਾਦ ਆਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ', ਇਹ ਤਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਹਰਥੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ[1] ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਨੰਤ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਕਿਉਂ ਨਾ ਆਵੇ ? ਜੋ ਦੇਂਦਾ ਹੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦੀ ਤੋਟ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਆਈ,[2] ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਭੁਲਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ?

ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਲੈਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਨਾਮੀ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਤਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਕੋਈ ਅੰਤ ਹੀ ਨਹੀਂ; ਪਰ ਜਿਸ ਪੱਖੋਂ ਵੀ ਜੋ ਸਿਫ਼ਤ ਚੇਤੇ ਆ ਜਾਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸਿਮਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਮਾਲਕ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਵੀ ਜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਵਿਚ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸਿਮਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਸਿਮਰਨ ਆਪਣੇ ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਭਿਆਸ ਬਣਾਉਣਾ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਇਆਵੀ ਸੰਸਾਰੀ ਖਿੱਚਾਂ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਤ ਕਰ ਕੇ ਸਾਡੇ ਦਾਤੇ ਵਲੋਂ ਸਾਨੂੰ ਬੇਮੁਖ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਮਾਇਆਵੀ ਆਕਰਸ਼ਣ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਤਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਸਿਮਰਨ ਸਾਧਾਰਨ ਚਿਤਾਰਨਾ ਨਹੀਂ, ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਚਿਤਾਰਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦਾਤਾਰ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਚਿਤਾਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁੱਠ ਕੇ ਅੱਗੋਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਨੰਤ ਪਿਆਰ ਦੀ ਬੁੱਕਲ ਵਿਚ ਸਮੇਟ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਜੋ ਕੋਈ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਪਿਆਰ-ਬੁੱਕਲ ਵਿਚ ਸਮੋਏ ਜਾਣ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜਤ੍ਰ ਤਤ੍ਰ ਦਿਸਾ ਵਿਸਾ ਹੁਇ ਫੈਲਿਓ ਅਨੁਰਾਗ ॥੮੦॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*
2. ਦਦਾ ਦਾਤਾ ਏਕੁ ਹੈ ਸਭ ਕਉ ਦੇਵਨਹਾਰ॥ ਦੇਂਦੇ ਤੋਟਿ ਨ ਆਵਈ ਅਗਨਤ ਭਰੇ ਭੰਡਾਰ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 257)*

11.5.1 ਸੇਵਾ - 1

ਸੇਵਾ ਬੜੀ ਹੀ ਸੁੰਦਰ ਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਤਾਂ ਜੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ,
ਪੂਰੇ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ ਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਮਨ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦ 'ਸੇਵ' ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਸੇਵ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹਨ : ਇਕ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਖ਼ਿਦਮਤ ਕਰਨਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਪੂਜਾ ਕਰਨਾ, ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ।

ਸਨਾਤਨ ਹਿੰਦੂ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਪੂਜਾ ਕਰਨ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਬ੍ਰਾਹਮਣਾਂ ਪਾਸ ਸੀ ਤੇ ਖ਼ਿਦਮਤ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਨੀਵੀਆਂ ਜਾਤਾਂ ਪਾਸ। ਇਉਂ ਪੂਜਾ ਦਾ ਤਾਂ ਉੱਚਾ ਅਸਥਾਨ ਸੀ, ਪਰ ਖ਼ਿਦਮਤ ਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਨੀਵਾਂ ਮਿਥਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਸੇਵਾ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵੱਡੀਆਂ ਜਾਤਾਂ ਦੇ ਸਨ, ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਘਾਲਨਾ ਦੀ ਕੋਈ ਇੱਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਸੀ।

ਗੁਰਮਤਿ ਨੇ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਇਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਿਆਂਦਾ। ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਦਰਜਾ ਉੱਚਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੇਵਾ ਤੇ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਕਰ ਕੇ 'ਲਹਿਣਾ ਜੀ' ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਬਣੇ। ਇਥੇ ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਗੁਰੂ ਪਦਵੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਪਰ ਬਿਨਾਂ ਸੇਵਾ ਦੇ ?

ਵਿਣ ਸੇਵਾ ਧ੍ਰਿਗ ਹੱਥ ਪੈਰ ਹੋਰ ਨਿਹਫਲ ਕਰਣੀ॥ *(ਵਾਰ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, 27.1)*

ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਇਕ ਆਦਰਯੋਗ ਧਾਰਮਿਕ ਸਾਧਨਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਕੇ ਨ ਕੇਵਲ ਜ਼ਾਤ-ਪਾਤ ਦੇ ਵਿਤਕਰੇ ਨੂੰ ਹੀ ਧੱਕਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸਗੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵਿਚ ਉੱਚਤਮ ਸਥਾਨ ਦੇ ਕੇ ਘਾਲਨਾ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰਿਤ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ। ਰਹਿਤਨਾਮੇ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ :

ਗ਼ਰੀਬ ਦਾ ਮੂੰਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਗੋਲਕ। *(ਰਹਿਤਨਾਮਾ ਚਉਪਾ ਸਿੰਘ)*

ਇਉਂ ਜੋ ਕੋਈ ਗ਼ਰੀਬ ਨਾਦਾਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਗੁਰੂ ਤਕ ਅਪੜਦੀ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਔਖੇ ਔਖੇ ਤਪਾਂ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਧਰਮ ਵਿਚ :

ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਤਪਾਂ ਸਿਰਿ ਤਪੁ ਸਾਰੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 423)*

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੂਜਾ ਵੀ ਸਾਰਥਕ ਨਹੀਂ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ। ਇਥੇ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਹੀ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ। ਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜਦ ਸਿੱਖ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਸਮਝੇ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਵਿਚ ਬੈਠੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਕੀਮਤ ਵਿਚ ਬੇਅੰਤ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਦਾ ਭਾਗੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੁਕਮ ਪਾਲਣ ਵਿਚ ਹੀ ਨਿਹਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ :

ਸੇਵਕ ਕਉ ਸੇਵਾ ਬਨਿ ਆਈ॥
ਹੁਕਮੁ ਬੂਝਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 292)*

11.5.2 ਸੇਵਾ - 2

ਜੇ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਏ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਹੋਰ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਦੋ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨ ਹਨ : ਸੇਵਾ ਤੇ ਸਿਮਰਨ।[1] ਸਿਮਰਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਖ਼ਾਲਕ ਤੇ ਖ਼ਲਕ ਦੋਹਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਸੇਵਾ ਉਹੋ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦੀ ਹੈ[2]; ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਅਖਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

ਸੇਵਾ ਤਦੇ ਉੱਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਪੂਰੇ ਸਿਦਕ ਨਾਲ, ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਭਿੱਜ ਕੇ ਤੇ ਪੂਰੀ ਉਦਾਰਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਐਸੀ ਸੇਵਾ ਬੜੀ ਸੁੰਦਰ ਸੇਵਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਜੇ ਸਿਦਕਹੀਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ, ਵਿਹਾਰ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲਈ ਸੇਵਾ ਨਾ ਤਾਂ ਥਕੇਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਨਾ ਅਕੇਵਾਂ। ਸੇਵਾ ਦੀ ਸੁੱਚੀ ਨੀਅਤ ਵਾਲੇ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਵਿਚ ਕੰਜੂਸੀ ਦਾ ਕੋਈ ਦਖ਼ਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਕਈ ਸ਼ੁਭ ਗੁਣ ਸਹਿਵਨ ਹੀ ਸਾਧਕ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਨਿਮ੍ਰਤਾ, ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਲਈ ਉੱਦਮ, ਖ਼ਲਕ ਵਿਚ ਖ਼ਾਲਕ ਦੀ ਪਛਾਣ ਤੇ 'ਸਰਬ ਜੀਅ ਮਿਹਰੰਮਤ' ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸੇਵਾ ਉਹ ਹੱਥ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਗੁਪਤ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ। ਸਰਬੋਤਮ ਸੇਵਾਕਰਮੀ ਉਹੋ ਹੈ ਜੋ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ, ਨਿਹਕਾਮੀ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ[3]; ਫਲ ਦੀ ਇੱਛਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ। ਕੋਈ ਤਾਰਾ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦਾ ਕਿ ਮੇਰੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਰਾਹਾਂ 'ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਤਾਂ ਮਾਲਕ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਦੀਵਾ ਬਾਲੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਵਾਲੇ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਪਰਵਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[4]

ਕਲਜੁਗੀ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲੇ ਜੀਵ ਮਾਇਆ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[5] ਸੇਵਾ ਤਨ ਦੀ, ਮਨ ਦੀ ਜਾਂ ਧਨ ਦੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਜੇ ਵਿਖਾਵਾ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮੁੱਲ ਨਿੱਪਟ ਗੁਆਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6]

---

1. ਸੇਵਾ ਸੁਰਤਿ ਏਕ ਲਿਵ ਲਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 222)*
2. ਸੇਵਾ ਸਾ ਤਿਸੁ ਭਾਵਸੀ ਸੰਤਾ ਕੀ ਹੋਇ ਛਾਰੁ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 137)*
3. ਸੇਵਾ ਕਰਤ ਹੋਇ ਨਿਹਕਾਮੀ॥ ਤਿਸ ਕਉ ਹੋਤ ਪਰਾਪਤਿ ਸੁਆਮੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 286)*
4. ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਸੇਵ ਕਮਾਈਐ॥ ਤਾ ਦਰਗਹ ਬੈਸਣੁ ਪਾਈਐ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 26)*
5. ਚੇਰੀ ਕੀ ਸੇਵਾ ਕਰਹਿ ਠਾਕੁਰੁ ਨਹੀ ਦੀਸੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 229)*
6. ਤੀਰਥ ਬਰਤ ਅਰੁ ਦਾਨ ਕਰਿ ਮਨ ਮੈ ਧਰੈ ਗੁਮਾਨੁ॥
   ਨਾਨਕ ਨਿਹਫਲ ਜਾਤ ਤਿਹ ਜਿਉ ਕੁੰਚਰ ਇਸਨਾਨੁ॥ *(ਸਲੋਕ ਮਹਲਾ ੯, ਪੰਨਾ 1428)*

11.5.3 ਸੇਵਾ - 3

ਸਫਲਤਾ ਭੈੜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੇਵਾ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉੱਚਾ ਹੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਤਨ ਦੀ, ਮਨ ਦੀ ਤੇ ਧਨ ਦੀ। ਸਿੱਖੀ ਵਿਚ ਤਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਉੱਚਤਮ ਪ੍ਰਵਾਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਨਾ ਕੇਵਲ ਇਸ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਹੱਤਾ ਹੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੀ, ਇਸ ਨੂੰ 'ਗੁਰੂ ਕੇ ਲੰਗਰ' ਰਾਹੀਂ ਸੰਸਥਾਗਤ ਰੂਪ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ। ਲੰਗਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਢੋਣਾ, ਅੰਨ ਪਕਾਉਣਾ, ਲੰਗਰ ਵਰਤਾਉਣਾ, ਭਾਂਡੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੇ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਸਿੱਖ ਨਾਮ ਜਪਦਿਆਂ ਇਸ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਜੁਟੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਕ ਵੇਲਾ ਸੀ, ਜਦ ਹਰ ਗੁਰਸਿੱਖ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਲੰਗਰ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਹੋਕਾ ਦੇਂਦਾ ਸੀ, 'ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਤਿਆਰ ਹੈ, ਆਓ ਜਿਸ ਨੇ ਅਜੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਨਹੀਂ ਛਕਿਆ, ਗੁਰੂ ਕੇ ਲੰਗਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਉ।" ਫਿਰ ਜੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਛਕਣ ਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅਰਦਾਸ ਵੀ ਇਉਂ ਕਰਦੇ ਸਨ, "ਅੰਨ-ਪਾਣੀ ਗੁਰੂ ਕਾ, ਟਹਿਲ ਭਾਵਨਾ ਤੇਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਕੀ ਲੇਖੇ ਲੱਗੇ।" ਕੋਈ 'ਆਪਣਾ' ਲੰਗਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਹਿੰਦਾ, ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਕਹਿੰਦਾ ਸੀ ਤੇ ਦਿਲੋਂ ਮਨੋਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਅੰਨ-ਪਾਣੀ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਦਾਤ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਤਾਂ ਟਹਿਲ ਸੇਵਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋਣ ਦੀ ਯਾਚਨਾ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਮਨ ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਦਾ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ, ਵਿਦਵਤਾ ਦਾ, ਗਿਆਨ ਦਾ, ਵਕਤਾਪਨ ਦਾ, ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕੌਸ਼ਲ ਦਾ, ਛਾਂਦਾ ਕੌਮ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਪਾਉਣ ਵਿਚ ਨਿਹਿਤ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਨਵਿਰਤੀ ਲਈ ਜਤਨ ਸੋਚਣਾ ਵੀ ਮਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਿੱਖ ਜਮਾਇਤੀ ਅਰਦਾਸ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, "ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ।"

ਧਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨੀਵੇਂ ਦਰਜੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਗਿਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਅ-ਨਿੱਜੀ (ਗੁਪਤ) ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਫਲ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਦਸਵੰਧ ਕੱਢਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਹਰ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ, ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕਬੀਰ ਜਾ ਘਰ ਸਾਧ ਨ ਸੇਵੀਅਹਿ ਹਰਿ ਕੀ ਸੇਵਾ ਨਾਹਿ ॥
ਤੇ ਘਰ ਮਰਹਟ ਸਾਰਖੇ ਭੂਤ ਬਸਹਿ ਤਿਨ ਮਾਹਿ ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1374)*

ਸੇਵਾ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਹੋਵੇ, ਸ਼ੁੱਧ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਾ ਗਵਾ ਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਸੁਤੰਤਰ ਸਾਧਨ ਬਣਦੀ ਹੈ:

ਆਪੁ ਗਵਾਇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ਮਾਨੁ ॥
ਨਾਨਕ ਜਿਸ ਨੋ ਲਗਾ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਲਗਾ ਸੋ ਪਰਵਾਨੁ ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਸਲੋਕ ਮਹਲਾ ੨, ਪੰਨਾ 474)

11.6.1 ਅਰਦਾਸ - 1

ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਕਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਹਾਂ 'ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ' ਪਰ
ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਚਾਹੁੰਦੇ ਤੇ ਮੰਗਦੇ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਭਲਾ ਹੀ ਹਾਂ।

ਅਰਦਾਸ ਫ਼ਾਰਸੀ ਸ਼ਬਦ 'ਅਰਜ਼ਦਾਸ਼ਤ' ਦਾ ਤਦਭਵ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰਜ਼ਦਾਸ਼ਤ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਬੇਨਤੀਨਾਮਾ। ਸੋ, ਰੱਬ ਜਾਂ ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਆਪਣੀ ਬੇਨਤੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਨਾਮ ਅਰਦਾਸ ਹੈ। ਅਰਦਾਸ ਅਸਲੋਂ ਨਿੱਜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਅਥਵਾ ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਰੱਬ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਏਕਾਂਤ ਵਿਚ ਹਮਕਲਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਜਮਾਤੀ ਰੂਪ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿਚ ਦੀਵਾਨ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਤੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਜ ਦੀ ਆਗਿਆ ਲਈ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਵੱਲੋਂ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਜਮਾਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਅਰਦਾਸ ਰੱਬ ਕੋਲੋਂ ਕੁਝ ਮੰਗਣ ਲਈ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਮੰਗੀ ਵਸਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਰਦਾਸ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜੇ ਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦੀ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਰੱਬ ਨੇ ਆਪਣੀ ਨਦਰ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ। ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਬਸ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸਾਂ ਜੋ ਮੰਗਿਆ ਹੈ, ਰੱਬ ਨੂੰ ਅਵੱਸ਼ ਉਹ ਸਾਡੀ ਝੋਲੀ ਪਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਐਸੀ ਅਰਦਾਸ ਦਾ ਵਿੱਚੋਂ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਮਰਜ਼ੀ ਮੇਰੀ ਚੱਲੇ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇਰੀ, ਤੇ ਜੋ ਮੈਂ ਚਾਹਾਂ ਤੁਰਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਏ।"

ਇਹ ਅਰਦਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਅਰਦਾਸ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ, ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ, ਆਪਣੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਰਦਾਸ ਨੇ ਹਮਕਲਾਮੀ ਦਾ ਅਉਸਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਅਰਦਾਸ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਉਸ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਰਧਾ, ਆਪਣੀ ਭਗਤੀ, ਆਪਣਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੀਏ। ਉਸ ਅੱਗੇ ਆਪਣਾ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਰੱਖੀਏ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਬਖ਼ਸ਼ੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰੀਏ। ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰੀਏ। ਹੋਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨੀ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਅਰਦਾਸ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ, ਭਾਵਨਾ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੁੱਧ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ, ਸੁੱਛ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਅਰਦਾਸ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਅਰਦਾਸ ਦਾ ਮੰਤਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੁਝ ਮੰਗਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਵਸਤ ਮੰਗੀਏ :

ਮਾਗਨਾ ਮਾਗਨੁ ਨੀਕਾ ਹਰਿ ਜਸੁ ਗੁਰ ਤੇ ਮਾਗਨਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1018)*

ਕਿਉਂਕਿ :

ਵਿਣੁ ਤੁਧੁ ਹੋਰੁ ਜਿ ਮੰਗਣਾ ਸਿਰਿ ਦੁਖਾ ਕੈ ਦੁਖ॥
ਦੇਹਿ ਨਾਮੁ ਸੰਤੋਖੀਆ ਉਤਰੈ ਮਨ ਕੀ ਭੁਖ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 958)*

11.6.2 ਅਰਦਾਸ - 2

ਜੇ ਆਤਮ ਸਮਰਪਣ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਅਰਦਾਸ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਅਰਦਾਸ ਕੇਵਲ ਕੁਝ ਬੋਲ ਬੋਲਣ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪੂਰੇ ਦਿਲੋਂ ਕੀਤੀ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਉਸ ਮਹਾਨ ਸ਼ਕਤੀ ਅੱਗੇ ਜੋ ਹਰਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾਜ਼ਰ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਨਾਲ ਸਪਰਸ਼ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜੋਦੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਦਰ ਇਕ ਉਮਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਸਰਬ ਵਿਆਪਕ ਹੋਂਦ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ, ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਸਭ ਕਾਸੇ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਸਤ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਵਸਤਾਂ ਵਾਂਗ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਮਹਿਸੂਸਿਆ। ਸਮਸਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਉਸ ਸੋਮੇ ਪੁਰ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ ਅਰਦਾਸ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੱਚੇ ਮਨੋਂ ਕੀਤੀ ਅਰਦਾਸ ਨਾਲ ਅਰਦਾਸੀਆ ਪ੍ਰਾਣੀ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀ ਬੇਨਤੀ ਹੀ ਰੱਬ ਦੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਅਨੇਕਾਂ ਪਰਾ-ਮਾਨਵੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸੁਆਮੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਰਬ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਮਾਲਕ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜੁ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਅਰਦਾਸ ਰਾਹੀਂ ਸਾਧਕ ਆਪਣਾ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਉਸ ਅੱਗੇ ਫੋਲਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।[2] ਅਰਦਾਸ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਮ ਪਿਆਰੇ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਉਸਰ ਲੈਣਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੋਇਆ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ—ਇਹ ਸਰੀਰ ਵੀ, ਇਹ ਜਾਨ ਵੀ।[3]

ਅਰਦਾਸ ਕੀਤਿਆਂ ਪਵਿੱਤਰ ਰੂਹਾਨੀ ਲਹਿਰਾਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਦਕੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਵਿਸਮਾਦਜਨਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਾਂਤੀ ਰਾਹੀਂ ਫਿਰ ਸਾਧਕ ਦੀ ਭਾਵੁਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸੂੱਛਤਾ ਢਲਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਮਾਲਿਕ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਾਵਨ ਭਉ ਵਿਚ ਉਸ ਅੱਗੇ ਸਿਰ ਵੀ ਝੁਕਦਾ ਹੈ।[4]

ਜਦੋਂ ਅਰਦਾਸ ਨਿਹਕੇਵਲ ਭਗਤੀ ਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਬਣਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਸ਼ੁੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਸੰਸਾਰਕ ਬੰਧਨ ਢਿੱਲੇ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਵਿਚ ਅਮੁੱਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਸਿਦਕ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮਨ ਉੱਚਤਮ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜਿਸੁ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਤਿਸੁ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਮਿਲੈ ਇਕਨਾ ਦੂਰਿ ਹੈ ਪਾਸਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 86)*
2. ਵਿਣੁ ਬੋਲਿਆ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਜਾਣਦਾ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਕੀਚੈ ਅਰਦਾਸਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1420)*
3. ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤਿਸ ਕਾ ਸਿਫਤਿ ਕਰੇ ਅਰਦਾਸਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*
4. ਦੁਇ ਕਰ ਜੋੜਿ ਖੜੀ ਤਕੈ ਸਚੁ ਕਹੈ ਅਰਦਾਸਿ॥
   ਲਾਲਿ ਰਤੀ ਸਚ ਭੈ ਵਸੀ ਭਾਇ ਰਤੀ ਰੰਗਿ ਰਾਸਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 54)*

12.0 ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਰੰਗ

ਆਪਣੇ ਅਨੇਕਾਂ ਰੰਗਾਂ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗਲਵਕੜੀ ਵਿਚ ਲਈ ਬੈਠਾ ਹੈ।

ਪਿਆਰ ਦੇ ਭਾਵ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ। 'ਪਿਆਰ' ਸ਼ਬਦ ਤਾਂ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

ਇਸ ਦੇ ਸਮ-ਅਰਥਕ ਸ਼ਬਦ ਹਨ: ਪ੍ਰੇਮ[1], ਪ੍ਰੀਤਿ[2], ਨੇਹ[3], ਅਸਨੇਹ[4], ਹਿਤ[5], ਹੇਤ[6], ਰਤੀ[7], ਭਾਉ[8], ਆਦਿ।

ਇਸਲਾਮੀ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿੱਚੋਂ ਸ਼ਬਦ ਇਸ਼ਕ[9], ਆਸ਼ਕੀ[10] ਤੇ ਮੁਹਬੱਤ[11] ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਏ ਹਨ।

ਪੁਰਾਤਨ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਉ ਤੇ ਭਗਤੀ ਪਦ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤੀਂਦੇ ਸਨ, ਨੇਹੁ ਤੇ ਸਨੇਹ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਛੋਟਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ, ਪ੍ਰੀਤ ਆਪੋ ਜਿਡਿਆਂ ਵਾਸਤੇ, ਪਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਐਸਾ ਵਖਰੇਵਾਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ।

ਕੁਝ ਸ਼ਬਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਮਾਸ ਹੋ ਕੇ ਆਏ ਹਨ: ਜਿਵੇਂ ਭਾਉ ਭਗਤਿ, ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ, ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰ, ਹੇਤ ਪਿਆਰ, ਪ੍ਰੀਤਿ ਪਿਆਰ, ਆਦਿ। ਅਨੁਰਾਗ ਵੀ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਹੈ।

ਜਤ੍ਰ ਤਤ੍ਰ ਦਿਸਾ ਵਿਸਾ ਹੁਇ ਫੈਲਿਓ ਅਨੁਰਾਗ॥੮੦॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*

ਪਿਆਰ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਰੰਗ ਵਤਸਲ (ਵੱਛਲ=ਵੱਛੇ ਨਾਲ) ਪਿਆਰ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਗਊ ਆਪਣੇ ਵੱਛੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਭਗਤਿ ਵਛਲੁ ਹਰਿ ਬਿਰਦੁ ਹੈ ਹਰਿ ਲਾਜ ਰਖਾਇਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 449)*

ਸੋ ਇਹ ਸਭ ਪਿਆਰ ਦੇ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਰੰਗ ਹਨ।

---

1. ਅੰਦਰੁ ਖਾਲੀ ਪ੍ਰੇਮ ਬਿਨੁ ਢਹਿ ਢੇਰੀ ਤਨੁ ਛਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 62)*
2. ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਕੁਲੀਨ ਚਤੁਰ ਮੁਖਿ ਙਿਆਨੀ ਧਨਵੰਤ॥
   ਮਿਰਤਕ ਕਹੀਅਹਿ ਨਾਨਕਾ ਜਿਹ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਭਗਵੰਤ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 253)*
3. ਜਿਸੁ ਪਿਆਰੇ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ਤਿਸੁ ਆਗੈ ਮਰਿ ਚਲੀਐ॥
   ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਣੁ ਸੰਸਾਰਿ ਤਾ ਕੈ ਪਾਛੈ ਜੀਵਣਾ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 83)*
4. (ਅਸਨੇਹ 'ਸਨੇਹ' ਦਾ ਤਦਭਵ ਰੂਪ ਹੈ।) ਜਨ ਕੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸੰਗੇ ਅਸਨੇਹੁ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1307)*
5. ਕਸਿ ਕਸਵਟੀ ਲਾਈਐ ਪਰਖੇ ਹਿਤੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ॥
   ਖੋਟੇ ਠਉਰ ਨ ਪਾਇਨੀ ਖਰੇ ਖਜਾਨੈ ਪਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 57)*
6. ਛਡਿ ਖੜੋਤੇ ਖਿਨੈ ਮਾਹਿ ਜਿਨ ਸਿਉ ਲਗਾ ਹੇਤੁ॥ *(ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 134)*
7. ਏਕ ਰਤੀ ਬਿਨੁ ਏਕ ਰਤੀ ਕੇ॥੨੧॥ *(ਅਕਾਲ ਉਸਤਿਤਿ)*
8. ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੁ ਨਾਇ ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*
9. ਰਤੇ ਇਸਕ ਖੁਦਾਇ ਰੰਗਿ ਦੀਦਾਰ ਕੇ॥ *(ਆਸਾ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 488)*
10. ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਚੀ ਆਸਕੀ ਜਿਤੁ ਪ੍ਰੀਤਮੁ ਸਚਾ ਪਾਈਐ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1422)*
11. ਦਿਲਹੁ ਮੁਹਬਤਿ ਜਿੰਨ੍ ਸੇਈ ਸਚਿਆ॥ *(ਆਸਾ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 488)*

12.1 ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਮ

ਪਿਆਰ ਇਕ ਬੇਸ਼ਕੀਮਤ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਪਤ ਤਾਂ ਇਹ ਸਹਿਵਨ
ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਪਿਆਰ ਜੀਊਣ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜੁਗਤ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜੀਵਨ ਇਸ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜੁਗਤ ਤੋਂ ਵਾਂਞਿਆ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਦੂਸਰਾ ਸੂਰਜ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਨਿੱਘ ਸੂਰਜ ਦੀ ਧੁੱਪ ਨਾਲੋਂ ਮਿੱਠੀ, ਪਰ ਜਿਸ ਦਾ ਤੇਜ ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਾਂਗ ਚੁੰਧਿਆਉਂਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਨੇਤ੍ਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰੂਰ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ।

ਪਿਆਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ—ਸਰਬੰਸ ਦਾਨ। ਪਿੱਛੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਖੇਡ ਸਿਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਹੈ :

ਜਉ ਤਉ ਪ੍ਰੇਮ ਖੇਲਣ ਕਾ ਚਾਉ ॥ ਸਿਰੁ ਧਰਿ ਤਲੀ ਗਲੀ ਮੇਰੀ ਆਉ ॥
ਇਤੁ ਮਾਰਗਿ ਪੈਰੁ ਧਰੀਜੈ ॥ ਸਿਰੁ ਦੀਜੈ ਕਾਣਿ ਨ ਕੀਜੈ ॥

(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1412)

ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਸੰਭਵ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਦਾਨ ਵੀ ਸਾਧਾਰਨ ਦਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਬਲੀਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਏਡੀ ਦਲੇਰੀ ਕੇਵਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਪਾਸ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦ ਕੇਵਲ ਇਕ ਵਾਰ ਨਹੀਂ ਘੁਮਾਉਂਦੇ[1], ਸਗੋਂ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਵਾਰਨ ਲਈ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਅੱਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਤੋਂ ਤਾਂ ਕਰੀਬਨ ਹਰ ਕੋਈ ਬਲੀ ਹੋਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਾਬੇ ਨੂੰ ਤਾਂ ਜੇ ਕੋਈ ਉਸ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਲਿਆ ਕੇ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸ ਤੋਂ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਵਾਰ ਦੇਂਦੇ, ਸਗੋਂ ਲੱਥਾ ਹੋਇਆ ਸਿਰ ਉਸ ਦੇ ਬੈਠਣ ਲਈ ਦੇ ਕੇ ਬਿਨਾਂ ਸਿਰ ਦੇ ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਆਪਣਾ ਇਹ ਸੰਕਲਪ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ :

ਤੈ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਬਾਤ ਜਿ ਆਖੈ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਿਆ ਦੀਜੈ ॥
ਸੀਸੁ ਵਢੇ ਕਰਿ ਬੈਸਣੁ ਦੀਜੈ ਵਿਣੁ ਸਿਰ ਸੇਵ ਕਰੀਜੈ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 558)*

ਐਸੇ ਕਮਾਲ ਦਾ ਪਿਆਰ ਕਦੇ ਟੁੱਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਤਾਂ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹਨ।[2] ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਟੁੱਟ ਕਿਵੇਂ ਸਕਦਾ ਹੈ ?[3] ਉਹ ਤਾਂ :

ਜਹ ਤੇ ਉਪਜੀ ਤਹ ਮਿਲੀ ਸਚੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਸਮਾਹੁ ॥
ਕਰੁ ਗਹਿ ਲੀਨੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ ਬਹੁੜਿ ਨ ਵਿਛੁੜੀਆਹੁ ॥

(ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 135)

ਉਹ ਤਾਂ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ :

ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ਤਾ ਪਿਰੁ ਪਾਇਆ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਮਾਇਆ ॥

(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 567)

---

1. ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*
2. ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਸਿਉ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ਰੰਗਿ ਰਤੇ ਬਿਸਮਾਦੇ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫ ਪੰਨਾ 614)*
3. ਲਾਗੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਤੂਟੈ ਮੂਲੇ ॥ ਹਰਿ ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 105)*

12.2 ਭਉ ਤੇ ਭਾਉ

ਪਿਆਰਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਵਿਛੜਨ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਾਰਕ ਡਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਡਰ ਡਰ ਕੇ ਮਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਭ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹਨ।[1] ਐਸੇ ਡਰ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਮਲੀਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਫ਼ਰਤ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੇ ਅਤਿਰਿਕਤ ਇਕ ਹੋਰ ਡਰ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਉਪਜਦਿਆਂ ਸਾਰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੰਸਾਰਕ ਡਰ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਦਿਆਂ ਸਾਰ ਤਾਰੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਬੜੇ ਸੁੰਦਰ ਕਾਵਿਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਇਉਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਡਰਿ ਘਰੁ ਘਰਿ ਡਰੁ ਡਰਿ ਡਰੁ ਜਾਇ॥
ਸੋ ਡਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਡਰਿ ਡਰੁ ਪਾਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*

ਭਾਵ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਡਰ (ਪਾਵਨ ਭਉ) ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ (ਹਿਰਦੇ) ਵਿਚ ਵਸਾ ਲਉ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਭਉ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ (ਘਰ) ਧਾਰ ਲਉ। ਏਹੋ ਉਹ ਸੱਚਾ ਡਰ ਹੈ ਜਿਸ ਸਦਕਾ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰਕ ਡਰ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਇਕ ਅਸਚਰਜ ਵਿਸਮਾਦੀ ਅਨੁਭਵ ਹੈ।

ਜਦ ਇਹ ਵਿਸਮਾਦੀ ਭਉ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਕ ਅਸਚਰਜ ਪ੍ਰੇਮ (ਭਾਉ) ਵੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਭਉ ਤੇ ਭਾਉ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਕੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਭਉ ਹੀ ਭਾਉ ਹੋਇਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭਾਉ ਹੀ ਭਉ। ਇਹ ਇਕੋ ਪਰਮ ਨਿਰਮਲਤਾ ਦੇ ਦੋ ਅਨੂਪ ਦੀਦਾਰ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ।[2] ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਦੈ ਹੋਇਆਂ ਹੀ ਐਸੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ ਢਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਨਾਲ ਹੀ ਉਹ ਪੰਜੇ ਕੁਕਰਮ ਵੀ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਹ ਜਨਮ-ਦਾਤਾ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[3] ਆਤਮਾ ਭੈ ਭਾਇ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰੰਗ ਪੂਰਨ ਭਾਗ ਹੋਣ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ।[4]

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਵਿਚ ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਸਾਰਕ ਡਰ ਸਾਰੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਭੈ-ਭਾਇ ਵਿਚ ਸੁਚੇਤ ਹੋਇਆ ਜੀਵ ਨਾ ਆਪ ਡਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਸੁਖਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵਉ॥
ਆਪਿ ਨ ਡਰਉ ਨ ਅਵਰ ਡਰਾਵਉ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 327)*

ਇਹ ਭਉ ਭਾਉ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰੀਤ ਉਸੇ ਨੂੰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ।[5] ਜਦ ਐਸੀ ਪ੍ਰੀਤ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਕ ਡਰ ਇਹ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰੀਤ ਕਿਤੇ ਗੁਆਚ ਨਾ ਜਾਵੇ:

ਪ੍ਰੇਮੁ ਜਾਇ ਤਉ ਡਰਪੈ ਤੇਰੋ ਜਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 486)*

---

1. ਡਰਿ ਡਰਿ ਡਰਣਾ ਮਨ ਕਾ ਸੋਰੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*
2. ਭਉ ਭਾਉ ਸਭੁ ਤਿਸ ਦਾ ਸੋ ਸਚੁ ਵਰਤੈ ਸੰਸਾਰਿ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 788)*
3. ਭੈ ਭਾਇ ਜਾਗੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗ੍ਰਣ ਕਰਹਿ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਉਤਾਰਿ॥
   ਸਦਾ ਜਾਗਹਿ ਘਰੁ ਅਪਣਾ ਰਾਖਹਿ ਪੰਚ ਤਸਕਰ ਕਾਢਹਿ ਮਾਰਿ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1346)*
4. ਏਹੁ ਮਨੁ ਭੈ ਭਾਇ ਰੰਗਾਏ॥ ਇਤੁ ਰੰਗਿ ਸਾਚੇ ਮਾਹਿ ਸਮਾਏ॥
   ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ਕੋ ਇਹੁ ਰੰਗੁ ਪਾਏ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਚੜਾਇਦਾ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1066)*
5. ਭਉ ਭਾਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਸਹਿ ਲਾਗੈ ਜਿਸੁ ਤੂ ਆਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਕਰਹਿ॥ *(ਤੁਖਾਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1116)*

12.3 ਭਾਇ-ਭਗਤਿ

ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ; ਭਗਤੀ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਤੇ ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ ਗਾਡੀ ਰਾਹ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਦੀ ਇਕ ਪੰਕਤੀ ਹੈ:

ਪ੍ਰੇਮ ਪ੍ਰੀਤਿ ਸਦਾ ਧਿਆਈਐ ਭੈ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਦ੍ਰਿੜਾਵਣਿਆ॥

(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 112)

ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਤੋਂ ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰੰਗ ਸਮਿਲਤ ਹਨ। ਪਿਆਰੁ, ਪ੍ਰੇਮ, ਪ੍ਰੀਤਿ, ਨੇਹੁ, ਭਾਉ, ਅਨੁਰਾਗ, ਰਤੀ ਆਦਿ ਸਭ ਦੇ ਸਭ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਸਮਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਜਾ ਇਹ ਕਿ ਪਿਆਰ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਭਗਤੀ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅੰਗ ਹੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਭੈ। ਇਹ ਭੈ ਜਾਂ ਭਉ ਸੰਸਾਰਕ ਭੈ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਭਉ (awe) ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਸੰਸਾਰਕ ਭੈ (fear) ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੈ।

ਕੋਈ ਜਪ, ਕੋਈ ਤਪ, ਕੋਈ ਅਰਚਾ, ਕੋਈ ਪੂਜਾ, ਕੋਈ ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨ ਫਲੀਭੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜਦ ਤਕ ਭਾਉ-ਭਗਤਿ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਇਹ ਜੁਗਤਿ ਕੀ ਹੈ ? ਇਹ ਹੈ:

ਮਨ ਰੇ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਚੁਕਾਇ॥
ਅੰਤਰਿ ਤੇਰੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਸੁਖੁ ਪਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 33)*

ਭਾਵ, ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਦਰੋਂ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਦਾ ਪਿਆਰ ਚੁਕਾਈਏ, ਉਸ ਵਿਚ ਖਚਤਿ ਨਾ ਹੋਈਏ। ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰੂ ਉਪਦੇਸ਼ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰੀਏ ਤੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੀਏ। ਐਸੀ ਭਗਤੀ ਕਰ ਕੇ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਿਕਟਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਨਾ ਕਰੀਏ:

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ॥
ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਏ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 470)*

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਦੇ ਨਾਲ ਜਦ ਹਉਮੈ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਆਤਮਾ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦੀਦਾਰ ਕਿਸੇ ਕਰਮਕਾਂਡੀ ਸਾਧਨ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਭੈ-ਭਾਇ-ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਆਤਮਾ ਤ੍ਰਿਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸੰਤੋਖ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਸੱਚੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਆਭਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਭਗਤੀ ਰਾਹੀਂ ਰਾਮ ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਮਨ ਚਰੋਕਾ ਸੁੱਤਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਦਾ ਕਮਲ ਖਿੜ ਗਿਆ ਹੈ:

ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਰਾਮ ਨਾਮਿ ਰਸਿ ਲਾਗਾ॥
ਕਮਲ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ਭਇਆ ਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਜਪਿਓ ਭ੍ਰਮੁ ਭਉ ਭਾਗਾ॥
ਭੈ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਲਾਗੋ ਮੇਰਾ ਹੀਅਰਾ ਮਨੁ ਸੋਇਓ ਗੁਰਮਤਿ ਜਾਗਾ॥
ਕਿਲਬਿਖ ਖੀਨ ਭਏ ਸਾਂਤਿ ਆਈ ਹਰਿ ਉਰ ਧਾਰਿਓ ਵਡਭਾਗਾ॥

(ਮਾਲੀ ਗਉੜਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 985)

12.4.1 ਵਿਛੋੜਾ ਤੇ ਬਿਰਹਾ - 1

ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਦੀ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਜਾਗਿਆ, ਉਸ ਉੱਤੇ ਇਤਬਾਰ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਵਿਛੋੜਾ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਿਰਹਾ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿਚ, ਪ੍ਰੇਮੀ ਤੋਂ ਵਿਛੜਨ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵਿਛੋੜਾ ਸਾਧਾਰਨ ਪਰਿਸਥਿਤੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਪੱਧਰ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਪੱਧਰ 'ਪ੍ਰੇਮ-ਵਿਛੋਹ' ਦਾ ਹੈ।[1] ਪ੍ਰੇਮ-ਵਿਛੋਹ ਪ੍ਰੇਮੀ ਤੋਂ ਨਹੀਂ, ਪ੍ਰੇਮ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਛੋਹ ਹੈ, ਭਾਵ ਪ੍ਰੇਮ-ਵਿਛੋਹੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਉਹ ਮਾਇਆਵੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਮ ਦੀ ਵਸਤੂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਗਿਆ।

ਅਗਲਾ ਪੱਧਰ ਬੂਆੜ ਤਿਲਾਂ ਵਰਗੇ ਛੁੱਟੜ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਲੋਕ ਭਰਮ ਤਾਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਚਿਆਈ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਹਾਜਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਝੱਟ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਸੁਆਹ ਹੀ ਭਰੀ ਹੋਈ ਹੈ।[2]

ਤੀਜਾ ਪੱਧਰ ਉਸ ਵਿਚਾਰੀ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹੁ ਨੂੰ ਮਾਣਨ ਚਲੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਕੁਚੱਜੀ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਤਨਜ਼ ਨਾਲ 'ਸੁਚੱਜੀ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ) ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਨੂੰ ਭਾਈ ਨਹੀਂ।[3] ਉਹ ਜਾਣਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰੀਤਮ ਨੂੰ ਓਹੋ ਚੰਗੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਵਰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀਆਂ ਧਾਰਨੀ ਹਨ। ਪਰ ਆਪ ਜੋ ਐਸੇ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੀ ਹੈ, ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵਰਗੀਆਂ ਹੋਰ ਬਥੇਰੀਆਂ ਹਨ।[4]

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਹ ਵਿਚਾਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰੀਤਮ (ਸ਼ਹੁ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਐਸੀਆਂ ਮੰਦਭਾਗਣਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਚੂੜਾ ਭੰਨੁ ਪਲੰਘ ਸਿਉ ਮੁੰਧੇ ਸਣੁ ਬਾਹੀ ਸਣੁ ਬਾਹਾ॥
ਏਤੇ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀਏ ਮੁੰਧੇ ਸਹੁ ਰਾਤੋ ਅਵਰਾਹਾ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 557-58)*

ਐਸੀ ਇਸਤਰੀ ਸਾੜੇ ਵਿਚ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਸੜਦੀ ਹੈ, ਬਿਰਹਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ।

ਅੰਤ ਵਿਚ ਉਹ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁਨਹਗਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਤੌਖਲਾ ਹੈ ਕਿ ਐਸੇ ਆਚਰਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।[5] ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਉਹ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਨੇ ਗ੍ਰਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਮਾਇਆਵੀ ਬਿਖ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਵਾਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[6]

---

1. ਵੈਸਾਖਿ ਧੀਰਨਿ ਕਿਉ ਵਾਢੀਆ ਜਿਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਬਿਛੋਹੁ॥
ਹਰਿ ਸਾਜਨੁ ਪੁਰਖੁ ਵਿਸਾਰਿ ਕੈ ਲਗੀ ਮਾਇਆ ਧੋਹੁ॥ *(ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*
2. ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਨ ਚੇਤਨੀ ਮਨਿ ਆਪਣੈ ਸੁਚੇਤ॥ ਛੁਟੇ ਤਿਲ ਬੂਆੜ ਜਿਉ ਸੁੰਞੇ ਅੰਦਰਿ ਖੇਤ॥
ਖੇਤੈ ਅੰਦਰਿ ਛੁਟਿਆ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਉ ਨਾਹ॥ ਫਲੀਅਹਿ ਫੁਲੀਅਹਿ ਬਪੁੜੇ ਭੀ ਤਨ ਵਿਚਿ ਸੁਆਹ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 463)*
3. ਸਭਿ ਸਹੀਆ ਸਹੁ ਰਾਵਣਿ ਗਈਆ ਹਉ ਦਾਧੀ ਕੈ ਦਰਿ ਜਾਵਾ॥
ਅੰਮਾਲੀ ਹਉ ਖਰੀ ਸੁਚਜੀ ਤੈ ਸਹ ਏਕਿ ਨ ਭਾਵਾ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 558)*
4. ਤਉ ਭਾਵਨਿ ਤਉ ਜੇਹੀਆ ਮੂ ਜੇਹੀਆ ਕਿਤੀਆਹ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1015)*
5. ਮੇਰੀ ਸੰਗਤਿ ਪੋਚ ਸੋਚ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ॥ ਮੇਰਾ ਕਰਮੁ ਕੁਟਿਲਤਾ ਜਨਮੁ ਕੁਭਾਂਤੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 345)*
6. ਮਨਮੁਖਿ ਹਉਮੈ ਵਿਛੁੜੇ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਬਿਖੁ ਬਾਧੇ ਹਉਮੈ ਜਾਲੇ ਰਾਮ॥ *(ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 538)*

12.4.2 ਵਿਛੋੜਾ ਤੇ ਬਿਰਹਾ - 2

ਵਿਛੋੜੇ ਦਾ ਦਰਦ ਓਹੋ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹੰਢਾਇਆ ਹੈ।

'ਪ੍ਰੇਮ-ਬਿਛੋਹ' ਆਦਿ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਅਵਸਥਾ 'ਆਸਵੰਦ ਵਿਛੋੜੇ' ਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਸਾਧਕ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਹੁੰਗਾਰੇ ਵਜੋਂ ਆਸਵੰਦ ਵੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਜੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਉਹ ਉਡੀਕਵਾਨ ਵੀ ਹੈ, ਉਦਾਸ ਵੀ :

ਉਡੀਨੀ ਉਡੀਨੀ ਉਡੀਨੀ॥ ਕਬ ਘਰਿ ਆਵੈ ਰੀ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 830)*

ਸੰਸਾਰ ਰੂਪੀ ਘਣੇ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਭਟਕਦਿਆਂ ਵੀ ਪਿਆਰਵਾਨ ਆਸਵੰਦ ਹੋ ਕੇ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਮਿਲਣ ਦੀ ਚਾਹ ਜਗਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਨੂੰ ਅਜੇ ਤੋੜ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ, ਸੋ ਦੁਖੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਵੇਦਨ ਕਹੇ ਕਿਸ ਅੱਗੇ ?[1]

ਸੋਚਦਾ ਹੈ, ਇਕ ਸਤਿਗੁਰੂ ਤਾਂ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਰਗਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਹੈ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਕਿਉਂ ਨਾ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲਵਾਂ ? ਜੇ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮਿਹਰ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਦੇਵੇ।[2] ਸੋ, ਗੁਰੂ ਕੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ :

ਸੁਣਿ ਮੀਤਾ ਹਉ ਤੇਰੀ ਸਰਣਾਈ ਆਇਆ ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਉ ਦੇਹੁ ਉਪਦੇਸਾ॥

(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 612)

ਗੁਰੂ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਵੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੈਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਹਾ ਹੈ ਸੋ ਕਰਦਾ ਰਹੀਂ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ :

ਮੰਞੁ ਕੁਚਜੀ ਅੰਮਾਵਣਿ ਡੋਸੜੇ ਹਉ ਕਿਉ ਸਹੁ ਰਾਵਣਿ ਜਾਉ ਜੀਉ॥

(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 762)

ਬਿਰਹੀ ਰੋਂਦਾ ਹੈ, ਉੱਭੇ ਸਾਹ ਵੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਆਸ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ। ਉਡੀਕਦਾ ਹੈ, ਰਾਹ ਵੇਖਦਾ ਹੈ :

ਪੰਥੁ ਨਿਹਾਰੈ ਕਾਮਨੀ ਲੋਚਨ ਭਰੀ ਲੇ ਉਸਾਸਾ॥
ਉਰ ਨ ਭੀਜੈ ਪਗੁ ਨਾ ਖਿਸੈ ਹਰਿ ਦਰਸਨ ਕੀ ਆਸਾ॥

(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨੇ 337-38)

ਆਸਵੰਦ ਵਿਛੋੜੇ ਦੀ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

---

1. ਮਨੁ ਘਨੈ ਭ੍ਰਮੈ ਬਨੈ॥ ਉਮਕਿ ਤਰਸਿ ਚਾਲੈ॥ ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਬੇ ਕੀ ਚਾਹ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
   ਤ੍ਰੈ ਗੁਨ ਮਾਈ ਮੋਹਿ ਆਈ ਕਹੰਉ ਬੇਦਨ ਕਾਹਿ॥ *(ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1272)*
2. ਸਤਿਗੁਰਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਬੁਝਿਆ ਗੁਰ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ॥
   ਹਉ ਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਢਹਿ ਪਵਾ ਕਰਿ ਦਇਆ ਮੇਲੇ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 39)*
3. ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਬੇ ਕੀ ਲਾਲਸਾ ਤਾ ਤੇ ਆਲਸੁ ਕਹਾ ਕਰਉ ਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 389)*

12.4.3 ਵਿਛੋੜਾ ਤੇ ਬਿਰਹਾ - 3

ਵਿਛੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਮੇਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਹੋਰ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰ ਪਲ ਛਿਨ ਲਈ ਇਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਝਲਕ ਜਹੀ ਵੀ ਪਈ ਹੈ—ਸਾਫ਼ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ, ਸੁਪਨੇ ਜਹੇ ਵਰਗੀ। ਉਹ ਝਬਦੇ ਹੀ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ। ਹੁਣ ਪਛਤਾਵਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦਾ ਪੱਲਾ ਕਿਉਂ ਨਾ ਪਕੜ ਲਿਆ ? ਮੈਂ ਖੜੀ ਦੀ ਖੜੀ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿ ਗਈ ?

ਸੁਪਨੈ ਊਭੀ ਭਈ ਗਹਿਓ ਕੀ ਨ ਅੰਚਲਾ ॥
ਸੁੰਦਰ ਪੁਰਖ ਬਿਰਾਜਿਤ ਪੇਖਿ ਮਨੁ ਬੰਚਲਾ ॥
ਖੋਜਉ ਤਾ ਕੇ ਚਰਣ ਕਹਹੁ ਕਤ ਪਾਈਐ ॥
ਹਰਿਹਾਂ ਸੋਈ ਜਤੰਨੁ ਬਤਾਇ ਸਖੀ ਪ੍ਰਿਉ ਪਾਈਐ ॥ *(ਫੁਨਹੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1362)*

ਇਹ ਸੁਪਨਾ ਜਿਹਾ ਆ ਕੇ ਚਲਾ ਵੀ ਗਿਆ। ਪਿੱਛੇ ਬਿਰਹਾ ਛੋੜ ਗਿਆ। ਰੋਂਦੀ ਹੈ, ਕੁਰਲਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਰਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵੀ ਰੋ ਰਿਹਾ ਹੈ :

ਮੈ ਰੋਵੰਦੀ ਸਭੁ ਜਗੁ ਰੁਨਾ ਰੁੰਨੜੇ ਵਣਹੁ ਪੰਖੇਰੂ ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 558)*

ਪਰ ਜੇ ਨਹੀਂ ਰੋਇਆ ਤਾਂ ਵਿਛੋੜਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਬਿਰਹਾ ਨਹੀਂ ਰੋਇਆ :

ਇਕੁ ਨ ਰੁਨਾ ਮੇਰੇ ਤਨ ਕਾ ਬਿਰਹਾ ਜਿਨਿ ਹਉ ਪਿਰਹੁ ਵਿਛੋੜੀ ॥ *(ਉਹੀ)*

ਹੁਣ ਸੋਚਦੀ ਹੈ, 'ਮੈਂ ਉਸ ਪਿਆਰੇ ਕੋਲ ਨਾ ਆਪ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਹੀ ਭੇਜ ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਕਾਸ਼ ਉਹ ਸੁਪਨਾ ਹੀ ਮੁੜ ਕੇ ਆ ਜਾਵੇ' :

ਸੁਪਨੈ ਆਇਆ ਭੀ ਗਇਆ ਮੈ ਜਲੁ ਭਰਿਆ ਰੋਇ ॥
ਆਇ ਨ ਸਕਾ ਤੁਝ ਕਨਿ ਪਿਆਰੇ ਭੇਜਿ ਨ ਸਕਾ ਕੋਇ ॥
ਆਉ ਸਭਾਗੀ ਨੀਦੜੀਏ ਮਤੁ ਸਹੁ ਦੇਖਾ ਸੋਇ ॥ *(ਉਹੀ)*

ਪਰ ਨਾ ਮੁੜ ਕੇ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਸੁਪਨਾ। ਸੋ ਸੋਚਦੀ ਹੈ, 'ਕਾਸ਼ ਕੋਈ ਉਸ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਹੀ ਸੁਣਾ ਦੇਵੇ।' ਫਿਰ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਸੋਇ ਸੁਣਾਉਣ ਵਾਲਾ ਮਿਲ ਗਿਆ ਤਾਂ ਦਿਆਂਗੀ ਕੀ ?' ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ :

ਤੈ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਬਾਤ ਜਿ ਆਖੈ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਿਆ ਦੀਜੈ ॥
ਸੀਸੁ ਵਢੇ ਕਰਿ ਬੈਸਣੁ ਦੀਜੈ ਵਿਣੁ ਸਿਰ ਸੇਵ ਕਰੀਜੈ ॥ *(ਉਹੀ)*

ਹੁਣ ਸੋਚਦੀ ਹੈ, 'ਕੀ ਪਤਾ ਕਦੋਂ ਫਿਰ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣ ? ਜਾਗਣ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਸੁਪਨਾ ਹੀ ਚੰਗਾ ਸੀ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਤਾਂ ਕਰਾ ਗਿਆ' :

ਕਬ ਦੇਖਉ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਨਾ ਆਤਮ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥
ਜਾਗਨ ਤੇ ਸੁਪਨਾ ਭਲਾ ਬਸੀਐ ਪ੍ਰਭ ਸੰਗਿ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 816)*

12.4.4 ਵਿਛੋੜਾ ਤੇ ਬਿਰਹਾ - 4

ਬਿਰਹੇ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਹੋਰ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਇਆਂ ਬੜਾ ਚਿਰ ਹੋ ਗਿਆ।[1] ਆਸ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਬਿਰਹਾ ਬੇਤਾਬ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੀ ਸੱਚੀ ਮਿੱਠੀ ਯਾਦ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜੋ ਬਿਰਹੇ ਦੀ ਤੜਪ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਕ ਮਿਠਾਸ ਜਗਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਿਰਹੇ ਦੀ ਵਿੰਨ੍ਹੀ ਹੋਈ ਆਤਮਾ ਵੀ ਸੱਚ ਵਿਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਰੀ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਹੋਰ ਹੋਰ ਮਾਨੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਬਿਰਹੈ ਬੇਧੀ ਸਚਿ ਵਸੀ ਭਾਈ ਅਧਿਕ ਰਹੀ ਹਰਿ ਨਾਇ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 637)*

ਜੋ ਬਿਰਹੇ ਨਾਲ ਇਉਂ ਵਿੰਨ੍ਹੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕੇਵਲ ਨਿਸਤਾਰੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ, ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਮੁਹਰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਜੋ ਬੀਧੇ ਸੇ ਊਬਰੇ ਭਾਈ ਸਬਦੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਨੁ॥ *(ਉਹੀ)*

ਤਦ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਬਿਰਹੇ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਉਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬਿਰਹੇ ਨੂੰ ਹੀ ਲਾਜ ਆ ਗਈ। ਤਦ ਪ੍ਰਭੂ ਤ੍ਰੱਠ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਣ ਦੀ ਕਿਰਪਾਲਤਾ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਮੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਮੀਪਤਾ ਵੀ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ, ਪਰ ਮੁੜ ਵਿਛੜਨ ਦਾ ਤੌਖਲਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਤਦੇ ਸਾਧਕ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ, ਮੈਨੂੰ ਵਿਸਾਰਿਓ ਨਾ।[3]

ਹੁਣ ਤਕ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਮੀਪਤਾ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੀ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਨਦਰੇ ਕਰਮ ਹੋਈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਮੇਲ ਲਿਆ; ਬਾਂਹ ਪਕੜ ਕੇ ਕੰਠ ਨਾਲ ਲਾ ਲਿਆ।[4] ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੋ ਲਿਆ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੋ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮੁੜ ਵਿਛੜਦੇ ਨਹੀਂ[5]:

ਨਾਨਕ ਜਿਸ ਨੋ ਮੇਲੇ ਨ ਵਿਛੁੜੈ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵੈ ਸੋਇ॥
(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 88)

ਹੁਣ ਇਹ ਪ੍ਰੀਤ ਸਦੀਵੀ ਮਿਲਣ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੀਤਮ ਵੀ ਸਦੀਵੀ ਹੈ, ਪ੍ਰੀਤ ਵੀ ਸਦੀਵੀ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਸਮਸਤ ਵਿਚ ਸਮਾਏ ਹੋਏ ਸਤਿ ਕਰਤਾਰ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ:

ਪ੍ਰੀਤਿ ਲਗੀ ਤਿਸੁ ਸਚ ਸਿਉ ਮਰੈ ਨ ਆਵੈ ਜਾਇ॥
ਨਾ ਵੇਛੋੜਿਆ ਵਿਛੁੜੈ ਸਭ ਮਹਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 46)*

---

1. ਕਹਿ ਰਵਿਦਾਸ ਆਸ ਲਗਿ ਜੀਵਉ ਚਿਰ ਭਇਓ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖੇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 694)*
2. ਬਿਰਹਾ ਲਜਾਇਆ ਦਰਸੁ ਪਾਇਆ ਅਮਿਉ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਸਿੰਚੰਤੀ॥
   ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਮੇਰੀ ਇਛ ਪੁੰਨੀ ਮਿਲੇ ਜਿਸੁ ਖੋਜੰਤੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 460)*
3. ਰਾਮ ਗੁਸਈਆ ਜੀਅ ਕੇ ਜੀਵਨਾ॥
   ਮੋਹਿ ਨ ਬਿਸਾਰਹੁ ਮੈ ਜਨੁ ਤੇਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 345)*
4. ਬਾਂਹ ਪਕੜਿ ਠਾਕੁਰਿ ਹਉ ਘਿਧੀ ਗੁਣ ਅਵਗਣ ਨ ਪਛਾਣੇ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 704)*
5. ਜੋ ਹਰਿ ਕੰਤਿ ਮਿਲਾਈਆ ਸਿ ਵਿਛੁੜਿ ਕਤਹਿ ਨ ਜਾਇ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 135)*

12.5.1 ਲਿੰਗਿਕ ਮਨੋਭਾਵ - 1

ਲਿੰਗਿਕ ਮਨੋਭਾਵ ਸਾਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ।
ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁੱਛ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਬਣ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਲਿੰਗਿਕ ਮਨੋਭਾਵ (Sexual emotion) ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗਿਕ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ (Sexual instinct) ਤੋਂ ਬੜੀ ਹੱਦ ਤਕ ਭਿੰਨ ਹਨ। ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਬੜਾ ਆਵਸ਼ਕ ਅੰਗ ਹਨ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ (ਤੀਵੀਂ ਤੇ ਮਰਦ ਦੋਹਾਂ) ਦੇ ਵਿਹਾਰ, ਆਚਾਰ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੁਚੀਆਂ 'ਤੇ ਬੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਦੇਣ ਹਨ, ਕਰਤੇ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਦ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਪ੍ਰਸਾਦ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਨਾ ਲੱਗਣ ਦੇਣਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ।

ਲਿੰਗਿਕ ਮਨੋਭਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਹਾਰਕ ਰੂਪ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਹੈ। ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਮਨੋਭਾਵ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਸ਼ਕ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਉਪਰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਬਣਿਆ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਗੁਰੂ ਤੇਗ਼ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਦੀ ਹਿਦਾਇਤ ਇਉਂ ਦਿੱਤੀ ਸੀ :

ਨਿਜ ਨਾਰੀ ਕੇ ਸੰਗਿ ਨੇਹੁ ਤੁਮ ਨਿਤ ਬਢਈਓ।
ਪਰ ਨਾਰੀ ਕੀ ਸੇਜ ਭੂਲ ਸੁਪਨੇ ਹੂ ਨ ਜਈਓ। *(ਚਰਿਤ੍ਰ 21 : 58)*

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ ਕਿ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦੇ ਫ਼ਰਜ਼ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਬਰਾਬਰ ਹੋਣ। ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਦੋਵੇਂ ਜੀ ਪਰਸਪਰ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਬੱਝੇ ਹੋਣ ਤੇ ਇਸ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸਦਕਾ "ਏਕ ਜੋਤਿ ਦੁਇ ਮੂਰਤੀ" ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ।[1]

ਸੰਭੋਗ ਅੰਦਰ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦਾ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਸਾਥੀ ਦੀ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਬਿਨਾਂ ਸੰਭੋਗ ਧੱਕਾਦਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਾਪ ਹੈ, ਕੁਕਰਮ ਹੈ।

ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਬਣਤਰ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਵਿਚ ਬੜਾ ਅੰਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲਿੰਗ ਭਾਵਨਾ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਪਰ ਜੜੀ ਗਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਉਸ ਦੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਅਨਿਖੜ ਅੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੋਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗ ਨਾਲ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਖੇਵੇਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਧਨ ਪਿਰੁ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਨਿ ਬਹਨਿ ਇਕਠੇ ਹੋਇ॥
   ਏਕ ਜੋਤਿ ਦੁਇ ਮੂਰਤੀ ਧਨ ਪਿਰੁ ਕਹੀਐ ਸੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 788)*

12.5.2 ਲਿੰਗਿਕ ਮਨੋਭਾਵ - 2 (ਅਧਿਆਤਮ ਵਿਚ)

ਲਿੰਗਿਕ ਆਲਿੰਗਨ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਸੰਗੀਤ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਲਿੰਗ ਭਾਵਨਾ ਤੇ ਸੰਭੋਗ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਪਵਿੱਤਰ ਵਸਤਾਂ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਪਏ ਪਿਆਰ-ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਵਿਚਲੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੀ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਪੁਰਖ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਭ (ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੀਵੀਆਂ ਵੀ ਤੇ ਮਰਦ ਵੀ) ਉਸ ਦੀਆਂ ਨਾਰੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਉਸ ਨੂੰ ਵਰਨਾ, ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੋ ਸੱਚਮੁੱਚ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਰੱਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਸੁਹਾਗਣਾਂ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਨਹੀਂ ਉਗਮਿਆ ਤੇ ਉਹ ਦੂਜੇ ਭਾਇ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਦੁਹਾਗਣਾਂ ਹਨ।

ਸਭ ਦਾ ਕੰਤ ਇੱਕੋ ਹੀ ਹੈ। ਸਭ ਉਸੇ ਦੇ ਦਰ 'ਤੇ ਖਲੋਤੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਦੂਜੀਆਂ ਪਾਸੋਂ ਆਪਣੇ ਖਸਮ ਦੀ ਵਾਰਤਾ ਪੁੱਛਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੰਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।[1] ਦੁਹਾਗਣਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖ਼ਸਮ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਉਗਣਾਂ ਕਾਰਨ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਨਦਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ।[2] ਉਹ ਸੋਚਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਕ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੀਆਂ ਹਨ, ਮੈਂ ਕਿਹੜੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਨੂੰ ਖੜਕਾਵਾਂ ? ਤੇ ਉੱਤਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ :

ਜਿਨਿ ਪਿਰੁ ਸੰਗੇ ਜਾਣਿਆ ਪਿਰੁ ਰਾਵੇ ਸਦਾ ਹਦੂਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 38)*

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਪਤੀ ਨੇ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲਿਆ, ਉਹਨਾਂ ਰਾਵਿ ਲਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੇਵਲ ਸੁਕਰਮੀ ਹੋਣ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਨਹੀਂ,[3] ਕਿਉਂਕਿ ਕਈ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ :

ਬਾਂਹ ਪਕੜਿ ਠਾਕੁਰਿ ਹਉ ਘਿਧੀ ਗੁਣ ਅਵਗਣ ਨ ਪਛਾਣੇ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 704)*

ਇਹ ਸੁਹਾਗਣਾਂ ਕੌਣ ਹਨ ? ਇਹ ਗੁਰਮੁਖ ਲੋਕ ਹਨ।[4] ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਸੁਹਾਗ ਸੇਜ ਮਾਣਨ ਦਾ ਸੁਭਾਗ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਐਸੀਆਂ ਸੁਹਾਗਣਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਰਗਾ ਖ਼ਸਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਵਿਧਵਾ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀਆਂ। ਉਹ ਤਾਂ ਸਦਾ-ਸੁਹਾਗਣ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।[5] ਪਰ, ਜੋ ਦੁਹਾਗਣਾਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਵਿਗੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੂਹਾ ਵੇਸ ਵੀ ਬੇਕਾਰ ਪਾਖੰਡ ਹੈ, ਪਰ ਪ੍ਰਭੂ ਖ਼ਸਮ ਪਾਖੰਡ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ :

ਸਭੇ ਕੰਤ ਮਹੇਲੀਆ ਸਗਲੀਆ ਕਰਹਿ ਸੀਗਾਰੁ॥
ਗਣਤ ਗਣਾਵਣਿ ਆਈਆ ਸੂਹਾ ਵੇਸੁ ਵਿਕਾਰੁ॥
ਪਾਖੰਡਿ ਪ੍ਰੇਮੁ ਨ ਪਾਈਐ ਖੋਟਾ ਪਾਜੁ ਖੁਆਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 53)*

---

1. ਇਕੋ ਕੰਤੁ ਸਬਾਈਆ ਜਿਤੀ ਦਰਿ ਖੜੀਆਹ॥
   ਨਾਨਕ ਕੰਤੈ ਰਤੀਆ ਪੁਛਹਿ ਬਾਤੜੀਆਹ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 790)*
2. ਸਭੇ ਕੰਤੈ ਰਤੀਆ ਮੈ ਦੋਹਾਗਣਿ ਕਿਤੁ॥ ਮੈ ਤਨਿ ਅਵਗਣ ਏਤੜੇ ਖਸਮੁ ਨ ਫੇਰੇ ਚਿਤੁ॥ *(ਉਹੀ)*
3. ਭਨਤਿ ਨਾਨਕੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਪਿਰੁ ਏਕੋ ਸੋਇ॥
   ਜਿਸ ਨੋ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਹੋਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 351)*
4. ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਵਹਿ ਸੋਹਾਗਣੀ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸੇਜ ਭਤਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 21)*
5. ਕਦੇ ਨ ਰਾਂਡ ਸਦਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਅੰਤਰਿ ਸਹਜ ਸਮਾਧੀ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 583)*

12.7 ਦਰਸਨ ਪਿਆਸ

ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਦੀ ਆਕਾਂਖਿਆ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁੱਚੀ ਆਕਾਂਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਕਦੇ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਸਤੇ ਕਿਤਨਾ ਦਿਲ ਤੜਪਦਾ ਹੈ। ਜੀ ਕਰਦਾ ਏ ਪਿਆਰਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਜ਼ਰਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਰਹੇ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਿਆਰੇ ਤੇ ਮਨਮੋਹਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਨ ਪਿਆਰ ਪਾਇਆ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਕਿਤਨਾ ਤੜਪਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸ ਦਾ ਤਾਂ ਅਵਿਰਲ:

ਉਮਕਿਓ ਹੀਉ ਮਿਲਨ ਪ੍ਰਭ ਤਾਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 737)*

ਇਹ ਪਿਆਸ, ਇਹ ਕਾਮਨਾ ਬੜੀ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮੱਛੀ ਪਾਣੀ ਬਿਨਾਂ ਤੜਪਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਸ੍ਵਾਂਤੀ ਬੂੰਦ ਲਈ ਵਿਲਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।[1] ਇਹ ਪਿਆਸ ਇਤਨੀ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਸਭ ਪਿਆਸਾਂ, ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਵਿਸਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।[2] ਇਹ ਪਿਆਸ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਹਟਦੀ ਨਹੀਂ—ਦਿਨ ਰਾਤ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[3] ਇਹ ਬੜੀ ਅਧੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ[4]; ਇਕ ਨਿਮਖ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਹੱਟਦੀ ਨਹੀਂ। ਅੰਦਰ ਇਕ ਦਰਦ ਜਗਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਐਸਾ ਦਰਦ ਜੋ ਦੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।[5] ਬੱਸ ਧਿਆਨ ਪਿਆਰੇ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਚਿਤਵਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਚਿਤਵਦਾ ਹੈ ਤੇ ਖਿਨ ਪਲ ਲਈ ਵੀ ਧਿਆਨ ਉਸ ਤੋਂ ਹਟਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਰਾਹ 'ਤੇ ਇਕ-ਟਕ ਨਜ਼ਰਾਂ ਲਗਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।[6] ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ:

ਮੇਰੋ ਸੁੰਦਰੁ ਕਹਹੁ ਮਿਲੈ ਕਿਤੁ ਗਲੀ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 527)*

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਅੱਗੇ ਵੀ ਜੋਦੜੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਆ ਮਿਲ', 'ਦਰਸਨ ਦਿਖਾਲ'।[7] ਬੜੇ ਦਰਦ ਨਾਲ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ:

ਮੰਗਤ ਜਨੁ ਜਾਚੈ ਦਾਨੁ ਹਰਿ ਦੇਹੁ ਸੁਭਾਇ॥
ਹਰਿ ਦਰਸਨ ਕੀ ਪਿਆਸ ਹੈ ਦਰਸਨਿ ਤ੍ਰਿਪਤਾਇ॥
ਖਿਨੁ ਪਲੁ ਘੜੀ ਨ ਜੀਵਊ ਬਿਨੁ ਦੇਖੇ ਮਰਾਂ ਮਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1248)*

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਾਂ ਬੇਅੰਤ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਤੀਬਰ ਪਿਆਸ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਕਰੇ ਕੀ?

ਦਰਸਨ ਕੀ ਪਿਆਸ ਜਿਸੁ ਨਰ ਹੋਇ॥ ਏਕਤੁ ਰਾਚੈ ਪਰਹਰਿ ਦੋਇ॥
ਦੂਰਿ ਦਰਦੁ ਮਥਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖਾਇ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੂਝੈ ਏਕ ਸਮਾਇ॥
ਤੇਰੇ ਦਰਸਨ ਕਉ ਕੇਤੀ ਬਿਲਲਾਇ॥ ਵਿਰਲਾ ਕੋ ਚੀਨਸਿ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਮਿਲਾਇ॥
(ਬਸੰਤ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1188)

---

1. ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਮਨੁ ਲੀਨਾ ਜਿਉ ਜਲ ਮੀਨਾ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਜਿਵੈ ਤਿਸੰਤੀਆ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 703)*
2. ਦਰਸਨ ਪਿਆਸ ਲੋਚਨ ਤਾਰ ਲਾਗੀ॥ ਬਿਸਰੀ ਤਿਆਸ ਬਿਡਾਨੀ॥ *(ਕੇਦਾਰਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1119)*
3. ਦਰਸਨ ਪਿਆਸੀ ਦਿਨਸੁ ਰਾਤਿ ਚਿਤਵਉ ਅਨਦਿਨੁ ਨੀਤ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 703)*
4. ਨੈਨ ਹਮਾਰੇ ਪ੍ਰਿਅ ਰੰਗ ਰੰਗਾਰੇ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਭੀ ਨਾ ਧੀਰੀਜੈ॥ *(ਉਹੀ)*
5. ਕੈਸੇ ਕਹਉ ਮੋਹਿ ਜੀਅ ਬੇਦਨਾਈ॥
ਦਰਸਨ ਪਿਆਸ ਪ੍ਰਿਅ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮਨੋਹਰ ਮਨੁ ਨ ਰਹੈ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਉਮਕਾਈ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1206)*
6. ਪੰਥੁ ਨਿਹਾਰੈ ਕਾਮਨੀ ਲੋਚਨ ਭਰੀ ਲੇ ਉਸਾਸਾ॥
ਉਰ ਨ ਭੀਜੈ ਪਗੁ ਨਾ ਖਿਸੈ ਹਰਿ ਦਰਸਨ ਕੀ ਆਸਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ, ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 337)*
7. ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਦਰਸਨ ਪਿਆਸ॥ ਗੋਬਿੰਦ ਪੂਰਨ ਆਸ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 838)*

12.8 ਪ੍ਰਭੂ ਕੰਤ ਨਾਲ ਮੇਲ

ਪ੍ਰੀਤਮ ਕੇ ਦੇਸ ਕੈਸੇ ਬਾਤਨ ਸੇ ਜਾਈਐ ?

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਏਕਾ ਪੁਰਖ ਨਾਰਿ ਸਬਾਈ' ਦਾ ਰੂਪਕ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਰੂਪਕ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾਇਆਵੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਞਾਣੀਆਂ ਬਾਲੜੀਆਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਆਪੇ ਦੇ ਮਦ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਜੁਆਨੀ (ਮਾਇਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ) ਦੇ ਗਰਬ ਵਿਚ ਉਸ ਪ੍ਰੀਤਮ ਵੱਲੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਘਰ (ਹਿਰਦੇ) ਵਿਚ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਬਾਹਰ (ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਸੰਸਕਾਂ ਨੂੰ) ਢੂੰਡ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਿਤਨੀ ਬੇਸਮਝ ਹੈ ? ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਇਆਨੜੀਏ ਮਾਨੜਾ ਕਾਇ ਕਰੇਹਿ ॥ ਆਪਨੜੈ ਘਰਿ ਹਰਿ ਰੰਗੋ ਕੀ ਨ ਮਾਣੇਹਿ ॥
ਸਹੁ ਨੇੜੈ ਧਨ ਕੰਮਲੀਏ ਬਾਹਰੁ ਕਿਆ ਢੂਢੇਹਿ ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)*

ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, "ਤੂੰ ਉਦੋਂ ਸੁਹਾਗਣ ਸਮਝੀ ਜਾਵੇਂਗੀ, ਜਦ ਤੂੰ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇਂਗੀ ਤੇ ਉਹ ਆਪ ਤੈਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੇਗਾ।[1] ਇਸ ਲਈ ਇੰਜ ਕਰ, ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਕੱਜਲ ਉਸ ਦੇ ਭੈ ਦਾ ਪਾ ਤੇ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਉਸ ਦੇ ਭਾਵ (ਪਿਆਰ) ਦਾ ਕਰ। "ਜੇਕਰ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਤ ਦਾ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕੀ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਕੀ ? ਐਵੇਂ ਲਿਲਕੜੀਆਂ ਲੈਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।[2] ਹੇ ਝੱਲੀਏ ! ਤੂੰ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈਂ ਤੇ ਲੋਭ ਲਾਲਚ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਨਾਲ ਨਸ਼ਿਆਈ ਪਈ ਹੈਂ। ਝੱਲੀਏ ਕਦੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਕੰਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ?"[3]

ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, "ਜਾ ਕਿਸੇ ਸੁਹਾਗਣ ਤੋਂ ਸ਼ਹੁ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਦਾ ਢੰਗ ਪੁੱਛ। ਉਹ ਤੈਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ :

ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰੇ ਸੋ ਭਲਾ ਕਰਿ ਮਾਨੀਐ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਚੁਕਾਈਐ ॥
ਜਾ ਕੈ ਪ੍ਰੇਮਿ ਪਦਾਰਥੁ ਪਾਈਐ ਤਉ ਚਰਣੀ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥
ਸਹੁ ਕਹੈ ਸੋ ਕੀਜੈ ਤਨੁ ਮਨੋ ਦੀਜੈ ਐਸਾ ਪਰਮਲੁ ਲਾਈਐ ॥ *(ਉਹੀ)*

ਉਸ ਦੀ ਸਲਾਹ 'ਤੇ ਚੱਲੇਂਗੀ ਤਾਂ ਕੰਤ ਨੂੰ ਰਿਝਾ ਸਕੇਂਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਤੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਅਭਿਮਾਨ ਗੁਆਉਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਮਿਟਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਤਿਆਗ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ—ਤਾਂ ਹੀ ਸ਼ਹੁ ਮਿਲਦਾ ਹਈ। ਸ਼ੁਕਰ ਕਰੀਏ ਜੇ ਉਹ ਪਿਆਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਵੱਲ ਤੱਕ ਲਵੇ। ਜਿਸ ਦਿਨ ਇਹ ਹੋ ਗਿਆ, ਸਮਝੋ ਉਹ ਦਿਨ ਲੇਖੇ ਲੱਗ ਗਿਆ।[4] ਜਿਹੜੀ ਪਿਆਰ ਦੇ ਐਸੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਗਈ, ਉਹ ਤਾਂ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਬਿਰਾਜ ਗਈ ਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਕੰਤ ਦਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲੱਗੀ :

ਐਸੇ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਸਹਜ ਕੀ ਮਾਤੀ ਅਹਿਨਿਸਿ ਭਾਇ ਸਮਾਣੀ ॥
ਸੁੰਦਰਿ ਸਾਇ ਸਰੂਪ ਬਿਚਖਣਿ ਕਹੀਐ ਸਾ ਸਿਆਣੀ ॥ *(ਉਹੀ)*

---

1. ਤਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਜਾਣੀਐ ਲਾਗੀ ਜਾ ਸਹੁ ਧਰੇ ਪਿਆਰੋ ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)*
2. ਇਆਣੀ ਬਾਲੀ ਕਿਆ ਕਰੇ ਜਾ ਧਨ ਕੰਤ ਨ ਭਾਵੈ ॥
   ਕਰਣ ਪਲਾਹ ਕਰੇ ਬਹੁਤੇਰੇ ਸਾ ਧਨ ਮਹਲੁ ਨ ਪਾਵੈ ॥ *(ਉਹੀ)*
3. ਲਬ ਲੋਭ ਅਹੰਕਾਰ ਕੀ ਮਾਤੀ ਮਾਇਆ ਮਾਹਿ ਸਮਾਣੀ ॥
   ਇਨੀ ਬਾਤੀ ਸਹੁ ਪਾਈਐ ਨਾਹੀ ਭਈ ਕਾਮਣਿ ਇਆਣੀ ॥ *(ਉਹੀ)*
4. ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ ਤਾ ਸਹੁ ਪਾਈਐ ਅਉਰੁ ਕੈਸੀ ਚਤੁਰਾਈ ॥
   ਸਹੁ ਨਦਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਸੋ ਦਿਨੁ ਲੇਖੈ ਕਾਮਣਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥ *(ਉਹੀ)*

13.0 ਭਗਤੀ

ਰੱਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਗਤ ਦੇ ਟੁੱਟੇ ਭੱਜੇ ਬੋਲ ਵੀ ਚੰਗੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਭਗਤੀ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪੋਚੇ ਸੁਆਰੇ ਬੋਲ ਵੀ ਦੰਭ ਭਾਸਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਇਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਭਗਤੀ ਹੈ। ਅਸਲੋਂ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਿਆਰ ਤੇ ਉਸ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਭਾਉ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਭਗਤੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ।[1] ਭਗਤੀ ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਭਜ' ਪਦ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਦ ਦੇ ਅਰਥ ਹਨ: ਅਰਾਧਨਾ, ਉਪਾਸ਼ਨਾ, ਪੂਜਾ, ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ ਆਦਿ। ਇਹ ਸਭ ਸਤਿਕਾਰ ਭਰੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਸਾਧਨ ਹਨ। ਸਤਿਕਾਰ ਭਉ ਤੇ ਭਾਉ ਦਾ ਰਲਵਾਂ ਸੁਮੇਲ ਹੈ।[2]

ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਭਉ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬੇਅੰਤ ਵਡਿਤਣ ਦਾ, ਜਿਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੈਸੀਅਤ ਰਾਈ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿਤਨੀ ਵੀ ਨਹੀਂ; ਦੂਜੇ ਉਸ ਦੀ ਸਦ-ਪਾਵਨਤਾ ਦਾ ਜਿਸ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਪਾਰਸਾ ਤੋਂ ਪਾਰਸਾ ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਆਲੂਦਾ ਅਥਵਾ ਮਲੀਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਭਉ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਖੁੱਸ ਜਾਣ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਤਾਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਬਰਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਜੋ ਉਸ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜੋ ਹਰ ਵੇਲੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੱਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਬੜੇ ਭਾਗਵਾਨ ਸਮਝਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਕ ਤੌਖਲਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਐਸੀ ਅਵੱਗਿਆ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਇਹ ਪਿਆਰ ਖੁੱਸ ਜਾਵੇ।

ਪਿਆਰ ਦਾ ਇਹ ਰਿਸ਼ਤਾ ਇਤਨਾ ਰਸਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰਾਜ ਵੀ ਤੇ ਮੁਕਤੀ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ।[3] ਭਗਤ ਤਾਂ ਬਸ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਸਮਾਏ ਰਹਿਣਾ ਲੋਚਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਨਰਕ ਜਾਂ ਸੁਰਗ ਦੀ ਕੋਈ ਸੋਝੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।[4]

ਭਗਤੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਅੰਗ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ: ਪਿਆਰ, ਸ਼ਰਧਾ ਤੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ। ਜੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਿਤਿਆਗ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਾ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਹੀ ਮਨ ਭਿੱਜਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਸੁੱਖ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਸਾਰਾ ਜਨਮ ਬਿਰਥਾ ਹੀ ਚਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਹਰਿ ਕਾ ਪਿਆਰੁ ਹੈ ਜੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 28)*
2. ਏਕਾ ਭਗਤਿ ਏਕੋ ਹੈ ਭਾਉ॥ ਬਿਨੁ ਭੈ ਭਗਤੀ ਆਵਉ ਜਾਉ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1188)*
3. ਰਾਜੁ ਨ ਚਾਹਉ ਮੁਕਤਿ ਨ ਚਾਹਉ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਚਰਨ ਕਮਲਾਰੇ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 534)*
4. ਕਵਨੁ ਨਰਕੁ ਕਿਆ ਸੁਰਗੁ ਬਿਚਾਰਾ ਸੰਤਨ ਦੋਊ ਰਾਦੇ॥
   ਹਮ ਕਾਹੂ ਕੀ ਕਾਣਿ ਨ ਕਢਤੇ ਅਪਨੇ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੇ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 969)*
5. ਹਉਮੈ ਭਗਤਿ ਕਰੇ ਸਭੁ ਕੋਇ॥ ਨਾ ਮਨੁ ਭੀਜੈ ਨਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ॥
   ਕਹਿ ਕਹਿ ਕਹਣੁ ਆਪੁ ਜਾਣਾਏ॥ ਬਿਰਥੀ ਭਗਤਿ ਸਭੁ ਜਨਮੁ ਗਵਾਏ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1277)*

13.1 ਭਗਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਭਗਤੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਪਿਰਮ-ਪਿਆਲਾ ਹੈ; ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ, ਉਹ ਦਿਨ ਰਾਤ ਖ਼ੁਮਾਰੀ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਵੇਦਾਂ ਵਿਚ ਭਗਤੀ ਦੀ ਗੱਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ। ਵੇਦਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਮਗਰੋਂ ਅਨੇਕਾਂ ਵਿਦਵਾਨਾਂ, ਆਚਾਰੀਆਂ ਤੇ ਸਾਧਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਗਤੀ ਕੀ ਹੈ ? ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਉੱਘੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਭਾਗਵਤ ਪੁਰਾਣ ਵਿਚ ਭਗਤੀ, ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਤੀ ਅਵਿਰਲ, ਨਿਸ਼ਕਾਮ, ਨਿੱਘੇ ਸਾਤਵਿਕ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ।[1]

ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਭਾਸ਼ਕਾਰ ਰਾਮਾਨੁਜ ਅਨੁਸਾਰ ਭਗਵਾਨ ਪ੍ਰਤੀ ਕੀਤਾ ਸਨੇਹ ਪੂਰਵਕ ਲਗਾਤਾਰ ਧਿਆਨ ਹੀ ਭਗਤੀ ਹੈ, ਇਹ ਧਿਆਨ ਤੇਲ ਦੀ ਧਾਰ ਵਾਂਗ ਨਿਰੰਤਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ—ਤਦ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਵਤਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਮੱਧਵਾਚਾਰੀਆ ਦੇ ਮਤਿ ਮੁਤਾਬਕ ਭਗਤੀ ਭਗਵਾਨ ਦੇ ਮਹਾਤਮ-ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਪਰਮ ਪ੍ਰੀਤ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ।

ਨਾਰਦ ਅਨੁਸਾਰ ਭਗਤੀ ਇਸ਼ਟ ਦੇਵ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਧਕ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਤੇ ਨਿੱਘਾ ਪ੍ਰੇਮ ਹੈ, ਜੋ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਸਿੱਧ, ਅਮਰ, ਤ੍ਰਿਪਤ ਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਆਚਾਰੀਆ ਗਰਗ ਮੁਤਾਬਕ ਭਗਵਾਨ ਦੀ ਕਥਾ ਵਿਚ ਅਨੁਰਕਤੀ ਹੀ ਭਗਤੀ ਹੈ।[4]

ਇਹਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅੰਗ ਭਗਤੀ ਦੇ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਹਨ :

(1) ਪ੍ਰੇਮ, ਰਤੀ ਜਾਂ ਅਨੁਰਾਗ ਦਾ ਸਥਾਈ, ਸਾਤਵਿਕ ਸਰੂਪ।
(2) ਲਿਵ-ਤਾਰ ਅਥਵਾ ਪ੍ਰੇਮ ਆਸਰੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਅਵਿਰਲ ਲਗਾਤਾਰਤਾ।
(3) ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨਾ।
(4) ਆਤਮ ਸਮਰਪਨ (ਪ੍ਰਪੱਤੀ)।

ਵਿਸ਼ਨੂੰ, ਸ਼ਿਵ ਆਦਿ ਅਵਤਾਰਾਂ ਦੀ ਭਗਤੀ ਸਗੁਣ ਭਗਤੀ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ; ਨਿਰੰਕਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਭਗਤੀ ਨੂੰ 'ਨਿਰਗੁਣ ਭਗਤੀ' ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰਾਮਾਨੰਦ ਭਗਤੀ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਦੱਖਣ ਤੋਂ ਉੱਤਰ ਵਿਚ ਲਿਆਏ ਤੇ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਵਿਸਤਾਰ ਕੀਤਾ :

ਭਗਤਿ ਦ੍ਰਾਵੜ ਉਪਜੀ ਲਾਏ ਰਾਮਾਨੰਦ।
ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਆ ਕਬੀਰ ਨੇ ਸਪਤ ਦੀਪ ਨਵਖੰਡ।

---

1. ਭਾਗਵਤ ਪੁਰਾਣ : 3.25.32-33.
2. ਰਾਮਾਨੁਜ - ਭਗਵਤ ਗੀਤਾ ਭਾਸ਼।
3. ਨਾਰਦ ਭ੍ਰਕਤਿ ਸੂਤ੍ਰ 2-41.
4. ਆਚਾਰੀਆ ਗਰਗ : ਸੂਤ੍ਰ : 17.

13.2 ਭਗਤੀ ਲਹਿਰ - ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਕਾਰਨ

ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਸੰਬਾਦ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਪੂਜਾ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਪਨਪਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਰੀਆਂ ਦੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਆਗਮਨ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਇਥੋਂ ਦੇ ਮੌਲਿਕ ਵਸਨੀਕ ਦੱਖਣ ਵਿਚ ਧੱਕ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਉੱਤਰੀ ਆਰੀਆ ਤੇ ਦੱਖਣੀ ਦ੍ਰਵੜ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਉਪਰ ਅਸਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਹੁੰਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ, ਤਾਂ ਵੀ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਇਕ ਸੰਤੁਲਿਨ ਕਾਇਮ ਹੋ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੜਾ ਲੰਮਾ ਚਿਰ ਕੋਈ ਬਾਹਰਾ ਖ਼ਤਰਾ ਨਾ ਵਾਪਰਿਆ।

ਭਾਰਤ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਿਚ ਹਿਮਾਲੀਆ, ਪੂਰਬ, ਪੱਛਮ ਤੇ ਦੱਖਣ ਵੱਲ ਸਾਗਰ ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਬੜੇ ਸਹਾਈ ਹੋਏ। ਉੱਤਰ ਪੱਛਮ ਵਿਚ ਸਿੰਧੂ ਦਰਿਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਦੇ ਉਰਾਰ ਬਾਹਰਲੇ ਲੋਕ ਮੰਨਦੇ ਸਨ ਕਿ ਇਥੇ ਹਿੰਦੂ (= ਸਿੰਧੂ) ਵੱਸਦੇ ਹਨ।

ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਆਗਮਨ ਮਗਰੋਂ ਉਸ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਵਿਸਤਾਰ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਸਾਗਰ ਤੱਟ 'ਤੇ ਕੁਝ ਅਰਬੀ ਮੁਸਲਮਾਨ ਆਣ ਵੱਸੇ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਵਿਚ ਆਏ ਲੰਮੇ ਠਹਿਰਾ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਮਿਲਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਈਸਾਈ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਈਸਾਈਅਤ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ-ਨਿਹਾਦ ਹਿੰਦੂ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਜਾਗ੍ਰਿਤ ਹਿੰਦੂ ਹੋਣ ਵੱਲ ਉਤੇਜਿਤ ਕੀਤਾ।

ਉੱਤਰ ਪੱਛਮ ਵੱਲੋਂ ਮੁਸਲਮਾਨ ਹਮਲਾਵਰਾਂ ਦੇ ਜ਼ੁਲਮਾਂ ਨੇ ਹਿੰਦੂ ਲੋਕਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲੈਣ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਆ। ਖ਼ਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਮੁਸਲਮਾਨ ਹਮਲਾਵਰ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਆ ਕੇ ਇਥੇ ਟਿਕ ਗਏ ਤੇ ਹਕੂਮਤ ਕਾਇਮ ਕਰ ਲਈ ਤੇ ਤੇਗ ਦੇ ਜ਼ੋਰ 'ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਸਲਮਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗ ਪਏ ਤਾਂ ਹਿੰਦੂ ਲੋਕਾਈ ਵਿਚ ਹਾਹਾਕਾਰ ਮਚ ਗਈ ਤੇ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਤੀਬਰਤਾ ਨਾਲ ਆਉਣ ਲੱਗੇ।

ਇਹਨਾਂ ਹਮਲਾਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮੁਸਲਮਾਨ ਸੂਫ਼ੀ ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦਾ ਆਗਮਨ ਵੀ ਹੋਇਆ। ਹਮਲਾਵਰ ਤਾਂ ਧੱਕੇ ਨਾਲ ਮੁਸਲਮਾਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਸੂਫ਼ੀ ਲੋਕ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਲੋਕਾਈ ਨੂੰ ਧਰਮ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਇਉਂ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਧਾਰਮਿਕ ਲਹਿਰ ਦੇ ਆਰੰਭ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬੱਝ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਤਕ ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਆਲਵਾਰ ਤੇ ਆਦੀਆਰ ਸੰਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵੈਸ਼ਨਵ ਤੇ ਸ਼ੈਵ ਭਗਤੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਪਰ, ਉਹ ਮਹਾਂਰਾਸ਼ਟਰ ਤਕ ਅਪੜ ਕੇ ਹੀ ਰਹਿ ਗਈ ਸੀ।

ਦੱਖਣ ਤੋਂ ਉਠ ਕੇ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਫੈਲੀ ਭਗਤੀ ਲਹਿਰ ਕੇਵਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਲਹਿਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਸ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜ ਸੁਧਾਰ ਤੇ ਰਾਜਸੀ ਅੰਦੋਲਨ ਦੇ ਅੰਸ਼ ਵੀ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸਨ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਵੀ ਕਾਇਮ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।

13.3.1 ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ - 1

ਅਸਲੀ ਭਗਤੀ ਉਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਰ ਦੇ ਕੇ ਵਿਹਾਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਧਰਮ-ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਚਾਰ ਮੁੱਖ ਰੂਪ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ: ਕਰਮ, ਗਿਆਨ, ਯੋਗ ਤੇ ਭਗਤੀ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਅਸਵੀਕਾਰ ਹਨ। ਸ਼ੁਭ ਕਰਮਾਂ ਵੱਲ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।[1] ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਜਾਂ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਇ ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ 'ਤੇ ਬਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ ਮਨ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਤੇ ਵਾਸਨਾਤਮਕ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਯੋਗ ਵੀ ਆਪਣੇ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਪ੍ਰਵਾਣ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੇ ਸਭ ਅੰਗ ਪਾਖੰਡ ਕਰਮ ਕਰ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਸਹਿਜ ਯੋਗ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਯੋਗ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਸਹਿਜ ਯੋਗ ਵੀ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਸਹਿਜ ਯੋਗ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਮੁਕਤੀ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਾ ਤੇ ਸਮਾਜ ਕਲਿਆਣ ਨੂੰ ਅਗਰਭੂਮੀ ਵਿਚ ਵੇਖਦਾ ਹੈ।

ਹੁਣ ਰਹੀ ਭਗਤੀ ਦੀ ਗੱਲ। ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ, ਪਰੰਪਰਿਕ ਭਗਤੀ ਦੇ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਭਾਉ-ਭਗਤੀ ਦੀ ਮੁੱਦਈ ਹੋ ਕੇ ਨਿਤਰਦੀ ਹੈ।[2] ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਮਨੌਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਦ੍ਰਵਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਗਤੀ ਸਭ ਲਈ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਊਚ-ਨੀਚ ਦਾ ਫ਼ਰਕ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ। ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਭਗਤੀ ਦਾ ਫਲ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਦੁਨੀਆਂ ਤਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਧਰਮ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਵੀ ਕਮਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਨੂੰ ਇਸ ਕਮਾਈ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਨੁਕੂਲ ਅਉਸਰ ਪ੍ਰਵਾਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[3] ਇਹ ਜਨਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਿਚ ਆਸਥਾ, ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਮੁਕੰਮਲ ਯਕੀਨ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਭਗਤੀ ਵੱਲ ਰੁਚੀ ਪੈਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਸ਼ਰਧਾ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਭਗਤੀ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੀਜੀ ਲੋੜ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਿਆਰ ਜਾਂ ਭਾਉ ਸਾਧਾਰਨ ਭਾਵੁਕ ਉਤੇਜਨਾ ਨਾਲੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਫ਼ਰਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਾਤਵਿਕ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਤਰਕ ਵਿਤਰਕ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਅਦ੍ਵੈਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਐਸਾ ਪ੍ਰੇਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪੇ (ਹਉਮੈ) ਦਾ ਵਿਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਸਿਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰ ਕੇ ਪ੍ਰੇਮ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਦੇਹਿ ਸ਼ਿਵਾ ਬਰ ਮੋਹਿ ਇਹੈ ਸ਼ੁਭ ਕਰਮਨ ਤੇ ਕਬਹੂ ਨ ਟਰੋਂ। *(ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਤਾਰ 231-1)*
2. ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ॥ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਏ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*
3. ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ॥ ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*
4. ਜਉ ਤਉ ਪ੍ਰੇਮ ਖੇਲਣ ਕਾ ਚਾਉ॥ ਸਿਰੁ ਧਰਿ ਤਲੀ ਗਲੀ ਮੇਰੀ ਆਉ॥
   ਇਤੁ ਮਾਰਗਿ ਪੈਰੁ ਧਰੀਜੈ॥ ਸਿਰੁ ਦੀਜੈ ਕਾਣਿ ਨ ਕੀਜੈ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1412)*

13.2.2 ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ - 2

ਜਿਥੇ ਸੱਚੀ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਹੋਵੇ, ਉਥੇ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਟਿਕ ਸਕਦਾ।

ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ ਦਾ ਮੂਲ ਧੁਰਾ ਇਕੀਸ਼ਰਵਾਦ (੧ਓ) ਹੈ। ਇਕੀਸ਼ਰਵਾਦ ਵੀ ਉਹ ਜਿਸ ਦਾ 'ਏਕੋ' ਰੱਬ ਸਭ ਦਾ ਰੱਬ ਹੈ। ਯਹੂਦੀਆਂ ਦੇ ਰੱਬ ਵਾਂਗ ਕਬਾਇਲੀ ਰੱਬ (ਕੇਵਲ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦਾ ਰੱਬ) ਨਹੀਂ। ਨਾ ਹੀ ਈਸਾਈਆਂ ਦੇ ਰੱਬ ਵਾਂਗ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਨੂੰ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਉਸ ਦਾ ਬੇਟਾ ਈਸਾ ਦੇਵੇ। ਨਾ ਹੀ ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਰੱਬ ਵਾਂਗ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦੇ ਰਸੂਲ ਹਜ਼ਰਤ ਮੁਹੰਮਦ ਉਪਰ ਈਮਾਨ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ—ਕੇਵਲ ਉਹੋ ਮੋਮਨ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਸਭ ਕਾਫ਼ਰ ਗਰਦਾਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ (ਤਲਵਾਰ ਦੀ ਨੋਕ ਥੱਲੇ ਵੀ) ਇਸਲਾਮ ਵਿਚ ਲੈ ਆਉਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸਵਾਬ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹਨਾਂ ਸਾਮੀ ਧਰਮਾਂ ਪਾਸ ਆਪੋ-ਆਪਣਾ ਧਰਮ-ਅਭਿਮਾਨ ਹੈ—ਉਹ ਇਹ ਕਿ 'ਮੇਰੇ ਧਰਮ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਧਰਮ ਨਹੀਂ; ਨਾਲੇ ਇਹ ਕਿ ਰੱਬ ਨੇ ਆਪਣਾ ਪੈਗ਼ਾਮ ਇਹਨਾਂ ਮਜ਼੍ਹਬਾਂ ਦੇ ਚਾਲਕਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ।'

ਜਦ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਰੱਬ ਸਰਬ-ਸਾਂਝਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਯਾਈ ਧਰਮ-ਅਭਿਮਾਨ ਤੋਂ ਬਾਲਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਸਾਂਝੇ ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਜਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਉਬਰੈ ਤਿਤੈ ਲੈਹੁ ਉਬਾਰਿ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਲਾਵਲੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 853)*

ਨਾਲੇ ਇਸ ਆਦੇਸ਼ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਬੇਦ ਕਤੇਬ ਕਹਹੁ ਮਤ ਝੂਠੇ ਝੂਠਾ ਜੋ ਨ ਬਿਚਾਰੈ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1350)*

ਇਉਂ ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ ਕਿ ਦੈਵੀ ਸੱਚ ਕੇਵਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੀ ਪੱਲੇ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਨੌਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਧਾਰਮਿਕ ਬੰਦਿਆਂ ਪਾਸ ਦੈਵੀ ਸੱਚ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਤੇ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਨਿਰੋਲ ਸੱਚ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਜਿਵੇਂ ਇਕ ਸੂਰਜ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਰੁੱਤਾਂ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਵੇਂ ਹੀ ਇੱਕੋ ਰੱਬ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ ਵਿਚ ਵਿਕੋਲਿਤਰੇ ਪ੍ਰਗਟਾਓ ਹਨ[1] ਤੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇ ਭਾਗੀ ਹਨ। ਹੋਰ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗੋਸ਼ਟੀ ਕਰਨੀ ਲਾਭਵੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਭਗਤਾਂ ਤੇ ਸੂਫ਼ੀ ਦਰਵੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਕਲਾਮ ਵੀ ਅੰਕਿਤ ਹਨ ਤੇ ਹਰ ਸਿੱਖ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਅੱਗੇ ਸੀਸ ਝੁਕਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਸਭ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਨ। ਗੁਰ-ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੇ ਹਰ ਕੋਈ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਕੇ ਹਰ ਕੋਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਤੇ ਦਾਤਾਰ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸੇ ਲਈ ਕੋਈ ਉਸ ਲਈ ਓਪਰਾ ਜਾਂ ਬੇਗਾਨਾ ਨਹੀਂ।[3]

---

1. ਸੂਰਜੁ ਏਕੋ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ॥ ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ॥ *(ਸੋਹਿਲਾ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 12-13)*
2. ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਛਤੀਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਖਾਹਿ॥
   ਤਿਸੁ ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਰਖੁ ਮਨ ਮਾਹਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 269)*
3. ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀ ਬਿਗਾਨਾ ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1299)*

13.3.3 ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ - 3

ਬਿਰਹਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਭਗਤੀ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ ਦਾ ਦੂਜਾ ਧੁਰਾ ਪਿਆਰ ਹੈ; ਭਾਉ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਜਾਂ ਭਾਉ ਭਗਤੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਸਾਧਾਰਨ ਕਾਮੁਕ ਉਤੇਜਨਾ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰੇਮ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਕ ਪਾਵਨ ਖਿੱਚ ਹੈ, ਇਕ ਤੜਪ ਹੈ ਮਿਲਨ ਦੀ ਉਸ ਕਰਤਾਰ ਨਾਲ ਜਿਸ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਉਦਾਰਤਾ ਨਾਲ ਪਾਲਿਆ। ਇਹ ਪਿਆਰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਤਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਉਸ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੇ ਪਾਤਰ ਬਣੀਏ।[1]

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਛੋਹ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਾਇਆਵੀ ਭੱਜਾ ਦੌੜੀ ਵਿਚ ਹੀ ਉਮਰਾ ਬਿਤਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੱਜਣ ਪੁਰਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[2] ਪਰ ਜੋ ਇਸ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬਿਰਹੀ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਨ:

ਸੀਨੇ ਖਿਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖਾਧੀ, ਉਹ ਕਰ ਅਰਾਮ ਨਹੀਂ ਬਹਿੰਦੇ।
ਨਿਹੁੰ ਵਾਲੇ ਨੈਣਾਂ ਕੀ ਨੀਂਦਰ, ਉਹ ਦਿਨੇ ਰਾਤ ਪਏ ਵਹਿੰਦੇ। *(ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ)*

ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਪ੍ਰੇਮ ਪਟੋਲਾ ਤੈ ਸਹਿ ਦਿਤਾ ਢਕਣ ਕੂ ਪਤਿ ਮੇਰੀ॥
ਦਾਨਾ ਬੀਨਾ ਸਾਈ ਮੈਡਾ ਨਾਨਕ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਾ ਤੇਰੀ॥

(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 520)

ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਸ ਪਰਮ ਉਦਾਰ ਪਿਆਰੇ ਨੇ ਗੁਨਾਹੀ ਸਾਧਕ ਦੇ ਪਰਦੇ ਕੱਜ ਲਏ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਟੋਲੇ ਨਾਲ ਢੱਕ ਲਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਸੁਹਾਗਣ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੈਵੀ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਸਰਸ਼ਾਰ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਭਾਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਉਹ:

ਦੋਹਾਗਣੀ ਕਿਆ ਨੀਸਾਣੀਆ॥
ਖਸਮਹੁ ਘੁਥੀਆ ਫਿਰਹਿ ਨਿਮਾਣੀਆ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 72)*

ਪਰ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਫਿਰ ਕਦੇ ਇਸ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਮੁੱਖ ਨਹੀਂ ਮੋੜ ਸਕਦੇ।[3] ਉਹ ਕੱਚੇ ਬਿਰਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਰ ਹੀਣ ਹੋਏ ਕੇਵਲ ਭਟਕਦੇ ਹੀ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।

---

1. ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 947)*
2. ਵੈਸਾਖਿ ਧੀਰਨਿ ਕਿਉ ਵਾਢੀਆ ਜਿਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਬਿਛੋਹੁ॥
   ਹਰਿ ਸਾਜਨੁ ਪੁਰਖੁ ਵਿਸਾਰਿ ਕੈ ਲਗੀ ਮਾਇਆ ਧੋਹੁ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*
3. ਰਤੇ ਸੇਈ ਜਿ ਮੁਖੁ ਨ ਮੋੜੰਨਿ੍ ਜਿਨ੍ੀ ਸਿਞਾਤਾ ਸਾਈ॥
   ਝੜਿ ਝੜਿ ਪਵਦੇ ਕਚੇ ਬਿਰਹੀ ਜਿਨ੍ਾ ਕਾਰਿ ਨ ਆਈ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1425)*

13.3.4 ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ - 4

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਰਿੱਧੀਆਂ-ਸਿੱਧੀਆਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਅਟਕਦੇ।

ਗੁਰਮਤਿ ਭਗਤੀ ਸਭ ਦੀ ਸਾਂਝੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਰਹਿਣਾ ਲੋਚਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਵਖੇਵੇਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਜੋ ਵਖੇਵੇਂ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਹੈ। ਹਰ ਧਰਮ ਦੇ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਬੱਝੇ ਲੋਕ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨਗੇ। ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਮਤਿ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕੋਈ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਨਹੀਂ ਨਿਰੂਪੇ, ਸਗੋਂ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਦੀ ਨਿਖੇਧੀ ਹੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।[1] ਭੇਖਾਂ ਦੀ ਵੀ ਨਿਖੇਧੀ ਹੈ[2], ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਭ ਵਖੇਵੇਂ ਪਾਉਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਵਖੇਵਿਆਂ ਦਾ ਪੁਜਾਰੀ ਵਰਗ ਹੈ।[3]

ਅਗਲਾ ਵਖੇਵਾ ਇਸ਼ਟ ਦੇਵ ਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ ਨੂੰ ਕੋਈ ਰੱਬ ਦਾ ਪੈਗੰਬਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਉਸ ਦਾ ਬੇਟਾ ਤੇ ਕੋਈ ਉਸ ਦਾ ਰਸੂਲ, ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਦੇਵਤੇ (ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜਾਂ ਸ਼ਿਵ) ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੱਡੇ ਨਿੱਕੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਵਖੇਵੇਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਇੱਕੋ ਰੱਬ ਹੈ, ਜੋ ਅਜੂਨੀ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਪੈਣ ਵਾਲਾ ਕਹਿਣਾ ਜਾਂ ਸੋਚਣਾ ਸਰਾਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਅਵਤਾਰਵਾਦ ਨੂੰ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ।[4]

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਵਾਜਬ ਹੈ। ਸਭ ਧਰਮ ਚੰਗੇ ਹਨ; ਮੇਰਾ ਧਰਮ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ। ਇਸ ਲਈ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਧਰਮ ਬਦਲੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਵੱਲ ਖਿੱਚਣਾ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਿਣਤੀ ਦੀ ਗੱਲ ਰਾਜਨੀਤਕ ਲੋਕਤੰਤਰ ਲਈ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਝੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਪਰਮਾਰਥਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਇਥੇ ਤਾਂ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਜੋ ਸੱਚ ਦਾ ਹਾਮੀ ਹੈ, ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਰੱਬ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਪਰਮ ਧਰਮ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਰਾਮਾਤਾਂ ਤੇ ਰਿੱਧੀਆਂ-ਸਿੱਧੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਹੈ। ਇਹ ਰੱਬ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਦਾ ਜਤਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਤਾਂ ਇਹ ਓਪਰਾ ਜਾਂ ਪਰਾਇਆ ਸਵਾਦ ਹੈ, ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਨਹੀਂ।[5] ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਾਣੇ ਨੂੰ ਮਿੱਠਾ ਕਰ ਕੇ ਮੰਨਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ।

---

1. ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਬਹੁ ਕਰਹਿ ਅਚਾਰ॥
   ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਧ੍ਰਿਗੁ ਧ੍ਰਿਗੁ ਅਹੰਕਾਰ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 162)*
2. ਭੇਖੀ ਹਾਥ ਨ ਲਧੀਆ ਸਭ ਬਧੀ ਜਮਕਾਲਿ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*
3. ਪੰਡਿਤੁ ਪੜੈ ਬੰਧਨ ਮੋਹ ਬਾਧਾ ਨਹ ਬੂਝੈ ਬਿਖਿਆ ਪਿਆਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)*
4. ਸੋ ਮੁਖੁ ਜਲਉ ਜਿਤੁ ਕਹਹਿ ਠਾਕੁਰੁ ਜੋਨੀ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1136)*
5. ...ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*

13.4 ਭਗਤੀ ਤੇ ਭਗਤ

ਭਗਤ ਨੂੰ ਨਾ ਹਰਖ ਉਛਾਲਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਸੋਗ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭਗਤੀ ਲਹਿਰ ਭਾਵੇਂ ਦੱਖਣ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ, ਪਰ ਮਹਾਂਰਾਸ਼ਟਰ ਵਿਚ ਸ੍ਰੀ ਨਾਮਦੇਵ, ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਤੇ ਮੁਕਤਾ ਬਾਈ, ਰਾਜਪੂਤਾਨੇ ਵਿਚ ਮੀਰਾਂ ਬਾਈ, ਯੂ.ਪੀ. ਵਿਚ ਰਾਮਾਨੰਦ, ਕਬੀਰ ਤੇ ਰਵਿਦਾਸ ਤੇ ਬੰਗਾਲ ਵਿਚ ਸ੍ਰੀ ਜੈਦੇਵ, ਵਿਦਿਆਪਤੀ ਤੇ ਚੈਤਨਯ ਆਦਿ ਭਗਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਧੀ ਫੁੱਲੀ। ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਉਘਾੜਨ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਧਰਮ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇਣਾ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ-ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਆਇਆ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਭਗਤ ਦੇ ਲੱਛਣ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ :

ਭਗਤ ਅਰਾਧਹਿ ਏਕ ਰੰਗਿ ਗੋਬਿੰਦ ਗੁਪਾਲ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 816)*

ਸੋਈ ਭਗਤੁ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਸਮਤੁ ਕਰਿ ਜਾਣੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਰਾਤਾ ॥
(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 574)

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਸਚੀ ਅਤਿ ਨਿਰਮਲ ਨਾਮੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਭਾਇਆ ॥
ਨਾਨਕ ਭਗਤ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਨੀ ਸਚੋ ਸਚੁ ਕਮਾਇਆ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 768)*

ਭਗਤ ਲੋਕ ਹੋਰਾਂ ਵਾਂਗ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ ਜਿਊਂਦੇ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ-ਢੰਗ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਤੇ ਨਿਰਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥
ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥
ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥
ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 918)*

ਭਗਤ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਾ ਕੋਈ ਪੰਡਿਤ ਹੈ, ਨਾ ਸੂਰਮਾ, ਨਾ ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਰਾਜਾ।[1] ਭਗਤ ਲੋਕ ਪਿਆਰ, ਸ਼ਰਧਾ, ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਤੇ ਆਗਿਆਪਾਲਨ ਦੁਆਰਾ ਰਹੱਸ ਦੇ ਪਰਮ ਰਸਦਾਇਕ ਮੰਡਲਾਂ ਦੇ ਮਸਤ-ਅਨੰਦ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਭਗਵਾਨ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਬੱਝਾ :

ਸੇਵਕ ਕਉ ਨਿਕਟੀ ਹੋਇ ਦਿਖਾਵੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 403)*

ਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਬੱਧਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਭਗਤ ਛੁਡਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਭਗਤ ਦੇ ਬੱਧਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਛੁਡਾ ਸਕਦਾ, ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਨਹੀਂ।[2]

ਭਗਤ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋਏ ਜਿਊਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗਾੜ੍ਹੀ ਅਪਣੱਤ ਦੀ ਮੌਜ ਮਾਣਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਅੰਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।[3]

---

1. ਪੰਡਿਤ ਸੂਰ ਛਤ੍ਰਪਤਿ ਰਾਜਾ ਭਗਤ ਬਰਾਬਰਿ ਅਉਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਰਵਿਦਾਸ , ਪੰਨਾ 858)*
2. ਮੇਰੀ ਬਾਂਧੀ ਭਗਤੁ ਛਡਾਵੈ ਬਾਂਧੈ ਭਗਤੁ ਨ ਛੂਟੈ ਮੋਹਿ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨੇ 1252-53)*
3. (ੳ) ਤੋਹੀ ਮੋਹੀ ਮੋਹੀ ਤੋਹੀ ਅੰਤਰੁ ਕੈਸਾ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 93)*
   (ਅ) ਰਾਮ ਕਬੀਰਾ ਏਕ ਭਏ ਹੈ ਕੋਇ ਨ ਸਕੈ ਪਛਾਨੀ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 969)*

13.5 ਭਗਤੀ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਤਿਆਰੀ

ਸ਼ਰਧਾਵਾਨ ਨੂੰ ਉਹ ਕੁਝ ਦਿਸਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

13.5.1 ਸ਼ਰਧਾ

ਸ਼ਰਧਾ ਸਰਲ ਭਾਵ ਨਹੀਂ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਮਿਲਵਾਂ ਭਾਵ ਹੈ। ਸ਼ਰਧਾ ਵਿਚ ਅਗਮ ਠਾਕੁਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਸ਼ਰਧਾ ਉਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਸਦਕੇ ਹੀ ਪੁੱਗਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਇਉਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਮੈ ਮਨਿ ਤਨਿ ਪ੍ਰੇਮੁ ਅਗਮ ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਖਿਨੁ ਖਿਨੁ ਸਰਧਾ ਮਨਿ ਬਹੁਤੁ ਉਠਈਆ॥
ਗੁਰ ਦੇਖੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਪੂਰੀ ਜਿਉ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਪ੍ਰਿਉ ਪ੍ਰਿਉ ਬੂੰਦ ਮੁਖਿ ਪਈਆ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 836)

ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੇਮ ਸ਼ਰਧਾ ਦਾ ਅਨਿਖੜ ਅੰਗ ਹੈ, ਸ਼ਰਧਾ ਵਿਚ ਗੁਰੂ (ਜਾਂ ਪ੍ਰਭੂ) ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਸਿਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਨਾਲੇ ਆਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਆਸ ਦੇ ਪੂਰੇ ਹੋਣ ਦੀ। ਜੇ ਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ਰਧਾ ਪੂਰੀ ਹੋਈ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਰਧਾ ਦਾ ਪੂਰਿਆਂ ਹੋਣਾ ਉਸ ਵਿਚਲੀ ਸਿਕ ਅਥਵਾ ਇੱਛਾ ਦਾ ਪੂਰਿਆਂ ਹੋਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਇਛ ਪੁਨੀ ਸਰਧਾ ਸਭ ਪੂਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 289)*

ਸ਼ਰਧਾ ਤੋਂ ਹੀ ਅੱਗੇ ਭਗਤੀ ਉਪਜਦੀ ਹੈ।[1] ਭਗਤੀ ਫਿਰ ਚਿਤ ਨੂੰ ਰਾਮ ਨਾਮ ਵਿਚ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਨਾਮ-ਰਸ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਚਿਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।[2]

ਸ਼ਰਧਾ ਹਰਿ ਦੀ ਦਾਤ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਮਿਹਰਾਮਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,[3] ਆਪਣੀ ਘਾਲਣਾ ਤੋਂ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਆਪ ਸ਼ਰਧਾ ਲਾ ਕੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਭਗਤੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭਗਤ ਨੂੰ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਸ਼ਰਧਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੀ ਇਉਂ ਉਡੀਕਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਸੁਹਾਗਣ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਲਈ ਸੁਹਾਗ-ਸੇਜ ਵਿਛਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੀ ਹੈ।[5]

ਸ਼ਰਧਾ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਕਾਸ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ:

ਪਿਆਰ → ਵਿਸ਼ਵਾਸ → ਸਤਿਕਾਰ → ਇੱਛਾ (ਲੋਚਾ) → ਸ਼ਰਧਾ → ਭਗਤੀ → ਲਿਵ → ਮਿਲਾਪ।

ਸੋ, ਪਿਆਰ ਦੇ ਉਤਪੰਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਭਾਵਾਂ ਦੀ ਕੜੀ ਵਿਚਲੇ ਸ਼ਰਧਾ ਦਾ ਅਨਿਵਾਰੀ ਸਥਾਨ ਹੈ।

---

1. ਭਗਤ ਜਨਾ ਕਉ ਸਰਧਾ ਆਪਿ ਹਰਿ ਲਾਈ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 494)*
2. ਜਿਨ ਸਰਧਾ ਰਾਮ ਨਾਮਿ ਲਗੀ ਤਿਨ੍ਹ ਦੂਜੈ ਚਿਤੁ ਨ ਲਾਇਆ ਰਾਮ॥ *(ਆਸਾ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 444)*
3. ਹਰਿ ਹਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹੁ ਜਗਜੀਵਨ ਮੈ ਸਰਧਾ ਨਾਮਿ ਲਗਾਵੈਗੋ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 1310)*
4. ਸਰਧਾ ਸਰਧਾ ਉਪਾਇ ਮਿਲਾਏ ਮੋ ਕਉ ਹਰਿ ਗੁਰ ਗੁਰਿ ਨਿਸਤਾਰੇ॥ *(ਨਟ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 983)*
5. ਮੇਰੈ ਮਨਿ ਤਨਿ ਲੋਚਾ ਗੁਰਮੁਖੇ ਰਾਮ ਰਾਜਿਆ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਸੇਜ ਵਿਛਾਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 777)*

13.5.2.1 ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ - 1

ਆਤਮ ਸਮਰਪਨ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਦਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਕ ਉੱਚੀ ਤੇ ਅਤਿ ਪਿਆਰੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਦ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ ਨਿੱਪਟ ਨਿਰਜਤਨ, ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਮਨ, ਤਨ, ਚਿਤ, ਪ੍ਰਾਣ, ਜੀਵਨ ਸਭ ਅਰਪਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮਨ ਆਪਣੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਚੌਪਟ ਖੋਲ੍ਹ ਰੱਖੇ, ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਪਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਹਟਕਿਆਂ, ਬਿਨਾਂ ਹੋੜਿਆਂ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸੰਦੇਹ ਦੇ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਝਾਕੇ ਦੇ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਹੁਕਮ ਸਮਝ ਕੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਵਰਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਨਾਲ ਸਰਬ-ਕਾਲੀ ਸੱਚ ਦੀ ਜੋਤਿ ਆਤਮਾ ਦੇ ਕੇਂਦਰ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਆਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ 'ਨੇੜੇ ਹੂੰ ਤੇ ਨੇੜੇ' ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[1] ਤਦ ਜੀ ਕਰਦੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਚਰਨਾਂ 'ਤੇ ਸੀਸ ਟਿਕਾ ਦੇਵੀਏ।[2]

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕੋਈ ਚਤੁਰਾਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਇਸ ਵਿਚ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਆਪਾ ਤਿਆਗਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ :

ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ ਤਾ ਸਹੁ ਪਾਈਐ ਅਉਰੁ ਕੈਸੀ ਚਤੁਰਾਈ॥
ਸਹੁ ਨਦਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਸੋ ਦਿਨੁ ਲੇਖੈ ਕਾਮਣਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ॥

(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਛੋੜ ਕੇ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨੀ ਆਉਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।[3] ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਉਪਾਉ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ। ਬਸ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਮੁਕਤਿ ਹੁੰਦਿਆਂ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ,[4] ਕਿਉਂਕਿ ਜਦ ਆਪਾ ਗੁਆ ਲਈਏ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦੀਬਾਣ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ।[5]

ਤਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਜ਼ੰਗਾਲ ਸਾਰਾ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਅਮੋਲਕ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਪ੍ਰਗਟ ਆਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਦੋਂ ਉਸ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੇ ਦਾਤੇ ਅਗਮ ਅਗਾਧ ਠਾਕੁਰ 'ਤੇ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਾਰ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋਣ ਨੂੰ ਜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।[6] ਇਉਂ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਆਪਣੀ ਸਿਖਰ ਨੂੰ ਛੁਹ ਕੇ ਆਤਮ-ਬਲੀਦਾਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜੀਅ ਪ੍ਰਾਨ ਮਨੁ ਤਨੁ ਸਭੁ ਅਰਪਉ ਨੀਰਉ ਪੇਖਿ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਨੀਰਉ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 700)*
2. ਹੀਂਉ ਦੇਂਉ ਸਭੁ ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪਉ ਸੀਸੁ ਚਰਣ ਪਰਿ ਰਾਖਿਓ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1204)*
3. ਸਗਲ ਤਿਆਗਿ ਪਾਈ ਪ੍ਰਭ ਸਰਨਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 395)*
4. ਉਪਾਵ ਛੋਡਿ ਗਹੁ ਤਿਸ ਕੀ ਓਟ॥
   ਨਿਮਖ ਮਾਹਿ ਹੋਵੈ ਤੇਰੀ ਛੋਟਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 177)*
5. ਸਿਞੈ ਦਰਿ ਦੀਵਾਨਿ ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 142)*
6. ਭਇਓ ਅਨੁਗ੍ਰਹੁ ਮਿਟਿਓ ਮੋਰਚਾ ਅਮੋਲ ਪਦਾਰਥੁ ਲਾਧਿਓ॥
   ਬਲਿਹਾਰੈ ਨਾਨਕ ਲਖ ਬੇਰਾ ਮੇਰੇ ਠਾਕੁਰ ਅਗਮ ਅਗਾਧਿਓ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 530)*

13.5.2.2 ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ - 2

ਜੋ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਸਭ ਕੁਝ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ,
ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਡਰ, ਕੋਈ ਤੌਖਲਾ ਵਾਪਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅੰਦਰ, ਕਿਸੇ ਅਦਿੱਖ ਨੇਮ ਵਿਚ, ਕਿਸੇ ਪਵਿੱਤਰ ਸੰਜਮ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੇਮ, ਇਸੇ ਸੰਜਮ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਹੁਕਮ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ, ਸਰਬ-ਗਿਆਤਾ ਤੇ ਸਮਰੱਥ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ 'ਰਜ਼ਾ' ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ 'ਰਜ਼ਾਈ ਹੁਕਮ' ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਲੇਖਾਂ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ।[1] ਫਿਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਦਕ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰੀਏ ? ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਦਿਲੋਂ 'ਜੀ ਆਇਆਂ' ਆਖਣ ਵਿਚ ਹੀ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਅਸਲ ਭਗਤੀ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਝਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਮਨ ਦੀ ਮਤਿ ਤਿਆਗੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਉਪਰੋਂ ਸਭ ਕੁਝ ਨਿਛਾਵਰ ਕਰ ਦੇਣ ਨੂੰ ਚਿੱਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2] ਫਿਰ ਜਦ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਤਨੋਂ ਮਨੋਂ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਾਨੂੰ ਡਰ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?[3] ਜਦ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਤਨ, ਮਨ, ਧਨ, ਬੁੱਧੀ, ਚਿੱਤ, ਮਤਿ ਸਮੇਤ ਸਭ ਉਸ ਦੇ ਅਰਪਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਚਿੰਤਾ ਜਾਂ ਤੌਖਲੇ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਹੀ ਕਿਥੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ? ਮੁਕੰਮਲ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਇਉਂ ਜਦ ਸਭ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਿਵਿਰਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਭਗਤ ਸੱਚਮੁੱਚ ਪੂਰੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਸੌਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬਿਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਹੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਭਿਮਾਨ, ਕਿਸੇ ਮਨਮਤਿ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਵਾਦ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੀ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਫਿਰ ਦੈਵੀ ਰਜ਼ਾ ਅੰਦਰ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਦ੍ਰਵਿਆ ਮਨ ਉਸ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਸਹਿਣ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਤਾਂ, ਚਾਹੇ ਕੋਈ ਚਾਹੇ ਭਾਵੇਂ ਨਾ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਗਾਉਂਦੇ, ਉਸ ਉਪਰੋਂ ਦਿਲੋਂ ਬਲਿਹਾਰ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ :

ਉਸਤਤਿ ਕਹਨੁ ਨ ਜਾਇ ਮੁਖਹੁ ਤੁਹਾਰੀਆ ॥
ਮੋਹੀ ਦੇਖਿ ਦਰਸੁ ਨਾਨਕ ਬਲਿਹਾਰੀਆ ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 261)*

---

1. ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 1)*
2. ਮਨੁ ਅਰਪਉ ਧਨੁ ਰਾਖਉ ਆਗੈ ਮਨ ਕੀ ਮਤਿ ਮੋਹਿ ਸਗਲ ਤਿਆਗੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 204)*
3. ਤੇਰਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇ ਤ ਕਾਹੇ ਡਰਪੀਐ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 522)*
4. ਮਨੁ ਤਨੁ ਬੁਧਿ ਅਰਪੀ ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਤਬ ਹਮ ਸਹਜਿ ਸੋਏ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*

13.5.2.3 ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ - 3

ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਆਤਮਾ ਸਦਾ ਖਿੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਰੰਕਾਰ ਜੇਡਾ ਵੱਡਾ ਹੋਰ ਕਉਣ ਹੈ ? ਉਸ ਅੱਗੇ ਹੀ ਸਾਡਾ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਅੱਗੇ ਆਪਾ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਵਿਚ ਹੀ ਭਗਤੀ ਦਾ ਅਸਲ ਸਾਰ ਨਿਹਿਤ ਹੈ।[1] ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਨਾਲ ਕੇਵਲ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੀ ਨਿਵਿਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਆਤਮਾ ਅੰਦਰ ਖੇੜਾ ਵੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰਨ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਾਲੀ ਭਗਤੀ ਰਾਹੀਂ ਸਦੀਵੀ ਆਤਮ-ਵਿਗਾਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਫਿਰ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਆਪਣੇ ਨਿਗੂਣੇ ਆਪੇ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਏ ਭਗਤ ਦੀ ਆਤਮਾ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਤਨੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਕੇ ਹਰ ਰੰਗ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਹੀ ਘੁਲੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[3]

ਅਜਿਹੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾ ਕੋਈ ਹੁੱਜਤ ਬਚਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਕੋਈ ਚਲਾਕੀ। ਕੋਈ ਅਚੇਤ ਪਾਪ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਲਾਗਿਓਂ ਨਹੀਂ ਲੰਘਦਾ। ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਰਾਹੀਂ ਬਿਬੇਕ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ, ਸਚਿਆਰਤਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਭਗਤੀ ਵਿਗਸਦੀ ਹੈ, ਆਤਮਾ ਖਿੜਦੀ ਹੈ, ਅਸਤਿਤਵ ਸਹਿਜ-ਅਨੰਦ ਵਿਚ ਗਲੇਫਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਮੌਲਦਾ ਤੇ ਤਨ ਹਰਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਭਾਵ ਇਹ ਕਿ ਸਰਨਾਗਤ ਆਏ ਦਾ ਸਭ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਤੇ ਸੋਭਨੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦੇਵੀਏ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਇਕ ਪਿਆਰੀ ਮਾਸੂਮੀ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 'ਸਹਿਜ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਉਹ ਅਵਸਥਾ ਜੋ ਜਨਮ (ਜ) ਦੇ ਸੰਗ (ਸਹਿ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਜਨਮ-ਜਾਤ ਮਾਸੂਮੀ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਆਪਣੇ ਪੁੱਠੇ-ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕੇ ਸਿਖਾ ਸਿਖਾ ਕੇ ਗਾਲ ਸੁੱਟਦੀ ਹੈ। ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਵਿਚ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਿਖਾਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੁਟਲ ਜੁਗਤਾਂ ਆਪੇ ਤਿਆਗੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਕ ਅਛੂਹ ਮਾਸੂਮੀ ਦੁਬਾਰਾ ਆਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਿਆਰਾ ਇਸ ਮਾਸੂਮੀ ਦੀ ਬਾਂਹ ਪਕੜ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਸੀਮ ਮਿਹਰਾਮਤ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਘੱਲਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ, ਪ੍ਰੇਮ, ਭਗਤੀ, ਇਕਸੁਰਤਾ, ਇਹ ਸਭ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ 'ਚੋਂ ਜਾਗੀਆਂ, ਉਸ ਮਿਹਰਾਮਤ ਦੀਆਂ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਹਨ।

---

1. ਸੇਵਾ ਸੁਰਤਿ ਭਗਤਿ ਇਹ ਸਾਚੀ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 246)*
2. ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*
3. ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਰਸਿ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਸਮਾਵੈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 733)*
4. ਚਰਣਹ ਸਰਨੀ ਦਾਸਹ ਦਾਸੀ ਮਨਿ ਮਉਲੈ ਤਨੁ ਹਰੀਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 779)*
5. ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਨੀਕਾ ਜੋ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਸਰਨਾਗਨਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1018)*

13.5.3.1 ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ - 1

ਸ਼ਰਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਦੀ ਲੈਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸ਼ਰਨ ਦੇ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੇ। ਹੋਰਸ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਪਿਆਂ ਤਾਂ ਨਮੋਸ਼ੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਪੱਤੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਓਟ ਲੈਣ, ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਚ ਆਉਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਸ਼ਰਨ ਪੈਣ ਦੀਆਂ ਦੋ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਇਹ ਕਿ ਪ੍ਰਾਣੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਢੱਠਾ ਪਿਆ, ਹਾਰਿਆ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੇ।[1] ਦੂਜੀ ਇਹ ਕਿ ਫਿਰ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਆਸਰੇ ਦੀ ਤੱਕ ਨਾ ਰਹੇ।[2] ਸ਼ਰਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਦੀ ਲੈਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸ਼ਰਨ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੇ ਤੇ ਜਿਸ ਦੀ ਸ਼ਰਨੀਂ ਪਿਆਂ ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼ ਨਿੱਬੜ ਜਾਣ ਤੇ ਸੁੱਖ-ਆਨੰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋਵੇ।[3]

ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ 'ਸਰਨਾ ਜੋਗ' ਉਪਰ ਭਰੋਸਾ ਜਾਗਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਸ਼ਰਨ ਆਇਆ ਪ੍ਰਾਣੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਤਿਆਗ ਕੇ ਕੇਵਲ 'ਸਮਰੱਥ ਪੁਰਖ' ਦੀ ਓਟ ਤੱਕਦਾ ਹੈ।[4]

ਜਦੋਂ ਹੋਰ ਸਭ ਆਸਰੇ ਛੱਡਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਗਿਆਸੂ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰੀ ਤੋਂ ਛਾਲ ਮਾਰ ਕੇ ਲਾਂਭੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਛਾਲ ਮਾਰਨੀ ਹੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਹ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਕਤਰਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਜੇ ਭਰੋਸੇ ਤੋਂ ਸੱਖਣਾ ਮਨ ਲਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭਰੋਸੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਸ਼ਰਨੀ ਆਉਣ ਦੀ ਲੋਚਾ ਪਛਤਾਵੇ ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭੈ ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

ਹਰਿ ਜੂ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਪਤਿ ਮੇਰੀ॥
ਜਮ ਕੋ ਤ੍ਰਾਸ ਭਇਓ ਉਰ ਅੰਤਰਿ ਸਰਨਿ ਗਹੀ ਕਿਰਪਾ ਨਿਧਿ ਤੇਰੀ॥
ਮਹਾ ਪਤਿਤ ਮੁਗਧ ਲੋਭੀ ਫੁਨਿ ਕਰਤ ਪਾਪ ਅਬ ਹਾਰਾ॥
ਭੈ ਮਰਬੇ ਕੋ ਬਿਸਰਤ ਨਾਹਿਨ ਤਿਹ ਚਿੰਤਾ ਤਨੁ ਜਾਰਾ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 703)*

ਨਾਨਕ ਸਰਨਿ ਪਰਿਓ ਜਗ ਬੰਦਨ ਰਾਖਹੁ ਬਿਰਦੁ ਤੁਹਾਰਾ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 703)*

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਐਸੀ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ-ਸ਼ਰਨ ਮੰਗਣ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਤੁੱਠ ਕੇ ਉਸ ਜਨ ਦੀ ਬਾਂਹ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਖੂਹ 'ਚੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਸਸਾ ਸਰਨਿ ਪਰੇ ਅਬ ਹਾਰੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 260)*
2. ਅਵਰ ਓਟ ਮੈ ਸਗਲੀ ਦੇਖੀ ਇਕ ਤੇਰੀ ਓਟ ਰਹਾਈਐ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 624-25)*
3. ਤੂੰ ਸਮਰਥੁ ਸਰਨਿ ਕੋ ਦਾਤਾ ਦੁਖ ਭੰਜਨੁ ਸੁਖ ਰਾਇ॥
   ਜਾਹਿ ਕਲੇਸ ਮਿਟੇ ਭੈ ਭਰਮਾ ਨਿਰਮਲ ਗੁਣ ਪ੍ਰਭ ਗਾਇ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 502)*
4. ਤਉ ਮੈ ਆਇਆ ਸਰਨੀ ਆਇਆ॥ ਭਰੋਸੈ ਆਇਆ ਕਿਰਪਾ ਆਇਆ॥
   ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਉ ਰਾਖਹੁ ਸੁਆਮੀ ਮਾਰਗੁ ਗੁਰਹਿ ਪਠਾਇਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 746)*
5. ਬਾਹ ਪਕਰਿ ਕਢਿ ਲੀਨੇ ਅਪੁਨੇ ਗ੍ਰਿਹ ਅੰਧ ਕੂਪ ਤੇ ਮਾਇਆ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1218)*

13.5.3.2 ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ - 2

ਜੋ ਸ਼ਰਨ ਪੈ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਆਸਰਾ ਭਾਲਦੇ ਹਨ,
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪਣੀ ਨਦਰ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਤੇ ਭਗਤੀ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੇ ਦੋ ਸੰਗੀ ਸਾਧਨ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਨੁਹਾਰ ਵੱਖਰੀ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣੀ ਜਾਂਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਭਗਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਤੱਕ ਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਆਪੋ ਵਿਚ ਵਿਲੱਖਣ ਸੁਰਤ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤ-ਵੱਛਲ ਜ਼ਰੂਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਭਗਤ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।[1] ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁਕਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਵਚਨ-ਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਵਿਚ ਰੱਬ ਮੁਕਤੀ ਦੇਣ ਵਿਚ ਵਚਨ-ਬੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਰੱਬ ਲਈ ਆਪਣਾ ਬਿਰਦ ਪਾਲਣਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਅਵਿਰਲ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਸ਼ਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਲਿਵ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਇਰਾਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋਏ ਤਾਂ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣਾ ਇਰਾਦਾ ਤਾਂ ਮੁਕ ਚੁੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੋਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਰੱਬ ਦਾ ਹੀ ਇਰਾਦਾ ਸੰਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਤਾਂ ਆਪਾ ਗੁਆ ਲੈਣ ਨਾਲ, ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[2]

ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਦੀ ਨਿਰਬਲ ਜਹੀ ਧਾਰਾ ਸਾਧਕ ਦੀ ਓਨੀ ਕੁ ਘਾਲਨਾ 'ਚੋਂ ਤੁਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਤਨੀ ਦੇ ਉਹ ਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਦਾ ਹੜ੍ਹ ਉਪਰੋਂ ਉਤਰਦਾ ਹੈ। ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਹੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮਿਹਨਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ। ਉਸ ਪਰ ਤਾਂ ਮਾਲਕ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜਿਸ ਨੂੰ ਭਾਵੇ ਉਸੇ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਭਾਵ ਵੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਉਪਭਾਵ ਵੀ। ਸ਼ਰਨਾਗਤਿ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਉਪ-ਭਾਵਨਾ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਥੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਬੇਨਤੀ ਹੀ ਬੇਨਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਤਾਂ :

ਠਾਕੁਰ ਜੀਉ ਤੁਹਾਰੋ ਪਰਨਾ॥
ਮਾਨੁ ਮਹਤੁ ਤੁਮ੍ਹਾਰੈ ਊਪਰਿ ਤੁਮ੍ਹਰੀ ਓਟ ਤੁਮ੍ਹਾਰੀ ਸਰਨਾ॥
ਤੁਮ੍ਹਰੀ ਆਸ ਭਰੋਸਾ ਤੁਮ੍ਹਰਾ ਤੁਮਰਾ ਨਾਮੁ ਰਿਦੈ ਲੈ ਧਰਨਾ॥
ਤੁਮਰੋ ਬਲੁ ਤੁਮ ਸੰਗਿ ਸੁਹੇਲੇ ਜੋ ਜੋ ਕਹਹੁ ਸੋਈ ਸੋਈ ਕਰਨਾ॥

(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1299)

---

1. ਭਗਤਿ ਵਛਲੁ ਅਨਾਥਹ ਨਾਥੇ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1082)*
2. ਆਪੁ ਗਇਆ ਤਾ ਆਪਹਿ ਭਏ॥ ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ ਕੀ ਸਰਨੀ ਪਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 202)*
3. ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 604)*

13.5.4 ਬੋਲਣਾ

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬੋਲ ਉਸ ਦਾ ਦੂਜਾ ਚਿਹਰਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਅਸਲਾ ਉਸ ਦੀ ਰਸਨਾ ਹੇਠ ਲੁਕਿਆ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਖ਼ਾਸਾ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੁਣਨਹਾਰ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਕੋਈ ਸਿਆਣਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬੋਲਣਹਾਰ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੇਵਲ ਪਛਤਾਵਾ ਹੀ ਹੱਥ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।[1] ਬੋਲਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਵੀ ਵਰਤੇ ਗਏ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੇ, ਸਗੋਂ ਬੋਲਣਹਾਰ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨਾਲ ਵਧੇਰੇ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨਮੁਖ ਮਨ ਦੀ ਮਤਿ ਲੈਂਦਾ ਹੈ[1] ਤੇ ਹਉਲੀ ਮਤਿ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਗੁਰਮੁਖ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਜੋ ਕੁਝ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਉੱਚਾ ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3] ਮਨਮੁਖ ਬੋਲ ਵਿਗਾੜ ਬੋਲਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਉਹ ਮੂਰਖ ਗਰਦਾਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਗੁਰਮੁਖ ਨੇ :

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 918)

ਬਹੁਤ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਪਾਸ ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸੋ ਉਹ ਬਹੁਤਾ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਹੀ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।[5] ਮਨਮੁਖ ਫਿੱਕੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਕਾਰਨ ਖ਼ੁਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[6] ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਗੁਰਮੁਖ ਦੇ ਬੋਲ ਮਧੁਰ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਮਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[7] ਮਨਮੁਖ ਝੂਠ ਬੋਲਦਿਆਂ ਸੰਗਦਾ ਨਹੀਂ।[8] ਪਰ ਗੁਰਮੁਖ ਦੇ ਬੋਲ ਸਦਾ ਸੱਚ ਧਰਮ ਦੇ ਬੋਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[9] ਗੁਰਮੁਖ ਇਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ :

ਹਉ ਆਪਹੁ ਬੋਲਿ ਨ ਜਾਣਦਾ ਮੈ ਕਹਿਆ ਸਭੁ ਹੁਕਮਾਉ ਜੀਉ॥

(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 763)

ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਥੇ ਬੋਲਣਾ ਨਿਸਫਲ ਜਾਪਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਥੇ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।[10] ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਦਿਨ ਸਾਡੇ ਸਭ ਬੋਲਾਂ ਨੇ ਚੁੱਪ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਰੀ ਕਥਾ ਵਾਰਤਾ ਛੋੜ ਕੇ ਬੋਲਣਹਾਰ ਨੇ ਉੱਡ ਜਾਣਾ ਹੈ।[11]

---

1. ਮਨ ਕੀ ਮਤਿ ਮਤਾਗਲੁ ਮਤਾ॥ ਜੋ ਕਿਛੁ ਬੋਲੀਐ ਸਭੁ ਖਤੋ ਖਤਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 351)*
2. ਮਨ ਮਤਿ ਹਉਲੀ ਬੋਲੇ ਬੋਲੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*
3. ਮਹਾ ਪੁਰਖਾ ਕਾ ਬੋਲਣਾ ਹੋਵੈ ਕਿਤੈ ਪਰਥਾਇ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 755)*
4. ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁਵਿਗਾੜੁ॥ ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*
5. ਬਹੁਤਾ ਬੋਲਣੁ ਝਖਣੁ ਹੋਇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 661)*
6. ਰਸਨਾ ਫਿਕਾ ਬੋਲਣਾ ਨਿਤ ਨਿਤ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 594)*
7. ਜਾਇ ਪੁਛਹੁ ਸੋਹਾਗਣੀ ਤੁਸੀ ਰਾਵਿਆ ਕਿਨੀ ਗੁਣੀ॥
   ਸਹਜਿ ਸੰਤੋਖਿ ਸੀਗਾਰੀਆ ਮਿਠਾ ਬੋਲਣੀ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 17)*
8. ਮੁਖਿ ਝੂਠੈ ਝੂਠੁ ਬੋਲਣਾ ਕਿਉ ਕਰਿ ਸੂਚਾ ਹੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 56)*
9. ਬੋਲੀਐ ਸਚੁ ਧਰਮੁ ਝੂਠੁ ਨ ਬੋਲੀਐ॥ ਜੋ ਗੁਰੁ ਦਸੈ ਵਾਟ ਮੁਰੀਦਾ ਜੋਲੀਐ॥ *(ਆਸਾ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 488)*
10. ਜਿਥੈ ਬੋਲਣਿ ਹਾਰੀਐ ਤਿਥੈ ਚੰਗੀ ਚੁਪ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 149)*
11. ਬਾਬਾ ਬੋਲਤੇ ਤੇ ਕਹਾ ਗਏ ਦੇਹੀ ਕੇ ਸੰਗਿ ਰਹਤੇ॥
    ਸੁਰਤਿ ਮਾਹਿ ਜੋ ਨਿਰਤੇ ਕਰਤੇ ਕਥਾ ਬਾਰਤਾ ਕਹਤੇ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 480)*

13.5.5 ਸੁਣਨਾ

ਬੋਲਣਾ ਘੱਟ ਤੇ ਸੁਣਨਾ ਵੱਧ ਸਿਆਣਪ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਤੇ ਬੋਲਣ ਨੂੰ ਦੂਜ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।[1] ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਸੰਤੁ ਮਿਲੈ ਕਿਛੁ ਸੁਨੀਐ ਕਹੀਐ ॥
ਮਿਲੈ ਅਸੰਤੁ ਮਸਟਿ ਕਰਿ ਰਹੀਐ ॥ *(ਗੌਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 870)*

ਉਪਰੋਕਤ ਬੋਲਾਂ ਵਿਚ 'ਸੁਣਨ' ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਤੇ 'ਬੋਲਣ' ਨੂੰ ਦੂਜ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹ ਬੋਲ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸੁਣਨ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਆਦਮੀ ਇਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਣਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਪਰ ਸੁਣਨਾ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਸੁਣਨ ਲਈ ਧਿਆਨ ਦਰਕਾਰ ਹੈ। ਕਿਤਨੀ ਵਾਰ ਅਸਾਂ ਇਹ ਆਦੇਸ਼ ਸੁਣਿਆ ਹੋਣਾ ਹੈ, "ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਜ਼ਰਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਿਓ।" ਜੇਕਰ ਧਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੁਣੀ ਅਣਸੁਣੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਲਗਾਓ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕੀ ਆਖਣਾ ਤੇ ਕੀ ਸੁਣਨਾ ਕੇਵਲ ਹਵਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[2] ਪਰ ਜੋ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸੁਣਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਹੀ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਉਂ ਸਹਿਜ-ਧਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੀ ਹਿਰਦੇ ਦਾ ਕਮਲ ਖਿੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4] ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਰਸ਼ੀ ਮੰਡਲ ਦੀ ਧੁਨਿ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਲਾਇਆ, ਉਹੀ ਗਿਆਨਵਾਨ ਹੋ ਕੇ ਅਕੱਥ ਨੂੰ ਕਥਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

ਸੁਣਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਓਹੋ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਵਾਰਤਾ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਸੁਖੈਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ; ਇਹ ਤਾਂ ਇਕ ਸਜੀਵ ਕਲਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਤੋਖਵਾਨ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਸਿਖਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਬੋਲਾਂ ਦਾ ਭੇਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ। ਜੋ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਵੀ ਗਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਗੀਤ (ਅਨਹਦ ਨਾਦ) ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਸੁਣਦਾ ਹੈ।[6] ਇਉਂ ਸੁਣਨ ਵਾਲਾ ਇਕ ਪਾਸੇ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ (ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਵਿਧੀ) ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਗੁੱਝੇ ਭੇਤਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7] ਐਸਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਮਨ ਸਦੀਵੀ ਖੇੜੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[8]

---

1. ਜਬ ਲਗੁ ਦੁਨੀਆ ਰਹੀਐ ਨਾਨਕ ਕਿਛੁ ਸੁਣੀਐ ਕਿਛੁ ਕਹੀਐ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 661)*
2. ਆਖਣੁ ਸੁਨਣਾ ਪਉਣ ਕੀ ਬਾਣੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਤਾ ਮਾਇਆ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 24)*
3. ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*
4. ਹਿਰਦੈ ਕਮਲੁ ਪ੍ਰਗਾਸਿਆ ਲਾਗਾ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 26)*
5. ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਧੁਨਿ ਜਾਣੀਐ ਅਕਥੁ ਕਹਾਵੈ ਸੋਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 59)*
6. ਅਖੀ ਬਾਝਹੁ ਵੇਖਣਾ ਵਿਣੁ ਕੰਨਾ ਸੁਨਣਾ ॥ ਪੈਰਾ ਬਾਝਹੁ ਚਲਣਾ ਵਿਣੁ ਹਥਾ ਕਰਣਾ ॥
   ਜੀਭੈ ਬਾਝਹੁ ਬੋਲਣਾ ਇਉ ਜੀਵਤ ਮਰਣਾ ॥ ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣਿ ਕੈ ਤਉ ਖਸਮੈ ਮਿਲਣਾ ॥
   (ਵਾਰ ਮਾਝ, ਸਲੋਕ ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 139)
7. ਸੁਣਿਐ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*
8. ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

13.5.6 ਮੰਨਣਾ

ਮੰਨਣ-ਯੋਗ ਹਰ ਗੱਲ ਸੱਚ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੋ ਕੋਈ ਮੰਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰਾਤਮੇ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ[1]; ਤੇ ਜੋ ਪ੍ਰਾਣੀ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਮਨੌਤ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਮੰਨੇ ਨੂੰ ਹੀ ਮੰਨਿਆ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੀ ਆਤਮਾ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਮੰਨਣ ਘੁਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਕੁਝ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਮੰਨਣ ਮੰਨਣ-ਜੋਗ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦਾ ਮੰਨਣ ਹੈ।[2] ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਮੰਨਣ ਨਾਲ ਸੁਰਤਿ ਉਪਜਦੀ ਤੇ ਮਤਿ ਖਿੜਦੀ ਹੈ[3]—ਇਤਨੀ ਕਿ ਸਾਰੇ ਮੰਡਲਾਂ ਦੀ, ਸਾਰੇ ਭਵਨਾਂ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[4]

ਮਨ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਕੰਮ ਮੰਨਣਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਮੰਨਣ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਝੂਠੀ ਨੂੰ ਹੀ ਮੰਨ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸੇ ਨੂੰ ਚੰਬੜੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸੇ ਦੀਆਂ ਸਫ਼ਾਈਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੀ ਮੰਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਦੇ ਉਪਰ ਵੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵਿਚ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਖ਼ਤਰਾ ਨਿਹਿਤ ਹੈ। ਮੰਨਣਯੋਗ ਉਪਰ ਹੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਫਲੀਭੂਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਸੋ ਮੰਨਣਜੋਗ ਉਪਰ ਹੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਮੰਨਣਜੋਗ ਹੈ ਕਉਣ ? ਇਸ ਦੀ ਸੋਝੀ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸੋਝੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਅੱਗੇ ਸਭ ਕੁਝ ਸਉਪ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।[5]

ਮੰਨਣਾ ਕੋਈ ਢਿੱਲਾ ਮੱਠਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਜੀਵ ਤੇ ਅਟੁੱਟ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਐਸੇ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਮੰਨਣਹਾਰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋਣਾ ਕਬੂਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮਨੌਤ ਤੇ ਮੰਨਣਹਾਰ ਦੋਨਾਂ ਦੇ ਸੱਚੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ ਮੰਨਣਾ ਕਿਸੇ ਸੁਭਾਗੇ ਜਿਊੜੇ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[6]

ਮੰਨਣਾ ਕੱਟੜਤਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ। ਮੰਨਣ ਲਈ ਤਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੁ ਸੱਚ ਜਿਧਰੋਂ ਵੀ ਆਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਰੁਕਾਵਟ ਨਾ ਮਿਲੇ। ਕੱਟੜਤਾ ਤਾਂ ਰੁਕਾਵਟ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਜੋ ਕੋਈ ਕੱਟੜਤਾ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਮਾਰਗ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪੰਥ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸੱਚੇ ਧਰਮ ਵੱਲੋਂ ਅਵੇਸਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਮੰਨੈ ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ॥ ਮੰਨੈ ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*

---

1. ਜਿਨੀ ਸੁਣਿ ਕੈ ਮੰਨਿਆ ਤਿਨਾ ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਾਸੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 27)*
2. ਨਾਨਕ ਮੰਨਿਆ ਮੰਨੀਐ ਬੁਝੀਐ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਸਲੋਕ ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 954)*
3. ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਸੁਰਤਿ ਊਪਜੈ ਨਾਮੇ ਮਤਿ ਹੋਈ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1242)*
4. ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*
5. ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 918)*
6. ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*

13.5.7.1 ਵੈਰਾਗ - 1

ਵੈਰਾਗ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਕੇ ਕਿਸੇ ਪਾਵਨ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਣਾ ਹੈ।

ਵੈਰਾਗ (ਅਥਵਾ ਬੈਰਾਗ) ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਰਾਗ (= ਪ੍ਰੀਤੀ) ਦਾ ਅਭਾਵ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰਕ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਮਨ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਉਦਾਸੀਨਤਾ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਲੋਕ-ਪਰਲੋਕ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਦਾਰਥ ਵਿਚ ਪ੍ਰੀਤੀ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਕੇ ਕਿਸੇ ਉਚੇਰੇ ਪਾਸੇ ਰੁਝਾਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਸੰਸਾਰ ਵੱਲੋਂ ਉਪਰਾਮਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰੇਮ ਵੱਲ ਰੁਚੀ ਵੈਰਾਗ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਦੇ ਅੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਾਤਨ ਗਿਆਨੀ ਇਸ ਦੇ ਚਾਰ ਰੂਪ ਨਿਰੂਪਦੇ ਆਏ ਹਨ:

(1) *ਯਤਮਨ :* ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਰੂਪ ਜਾਣ ਕੇ ਸਾਧੂ ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨਾ।

(2) *ਵਿਯਤਿਰੇਕ :* ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਤੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਦਾ ਗ੍ਰਹਿਣ।

(3) *ਏਕੇਂਦ੍ਰਿਯ :* ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਗਾਂ ਤੋਂ ਗਲਾਨੀ ਕਰ ਕੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲਯ ਕਰਨਾ।

(4) *ਵਸਿਕਾਰ :* ਮਨ ਨੂੰ ਐਸਾ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਕਿ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਨਾ ਲਵੇ।

ਕੇਵਲ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹੀ ਬੈਰਾਗੀ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ, ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੈਰਾਗੀ ਜਾਂ ਬੈਰਾਗਰੋ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਨਾਤੇ ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਇੱਛਾ ਰਹਿਤ ਤੇ ਅਚਾਹ ਹੈ।

ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਦੇ ਆਸ਼੍ਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਵਿਚ ਸੰਨਿਆਸ ਚੌਥਾ ਆਸ਼੍ਰਮ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਵੈਰਾਗ ਹੋਣਾ ਅਨਿਵਾਰਯ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਉਥੇ ਵੈਰਾਗ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਸੋ ਸੰਨਿਆਸੀ, ਘਰ-ਬਾਰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਜੰਗਲਾਂ-ਪਰਬਤਾਂ ਦੀ ਇਕੱਲ ਵਿਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਐਸਾ ਭਾਂਜਵਾਦੀ ਤਿਆਗ ਵਰਜਿਤ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਬੈਰਾਗ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋਣਾ ਉਚਿਤ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[1] ਨਾਲੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਲੰਘਾ ਕੇ ਆਖ਼ਰੀ ਪਹਰੇ ਵਿਚ ਵੈਰਾਗ ਲੈਣ ਨੂੰ ਵੈਰਾਗ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ; ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹਰ ਉਮਰ ਸਹਿਜ ਵੈਰਾਗ ਵਿਚ ਹੀ ਬੀਤਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੀ ਆਯੂ ਅਵਿਰਲ ਪ੍ਰਭੂ-ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਹਿਜ ਭਾਏ ਸੰਸਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵੀ ਨਿਭਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਬੈਰਾਗੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।[2] ਉਹ ਘਰ-ਬਾਰ ਤਿਆਗਦਾ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਵਿਚ ਹੀ ਵੈਰਾਗੀ ਹੋ ਕੇ ਇਕ-ਰਸ ਭਗਤੀ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਵਲੋਂ ਪਲਟਾ ਕੇ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲਯ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਬੈਰਾਗ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3]

---

1. ਅਨਦਿਨੁ ਭਗਤਿ ਕਰਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਘਰ ਹੀ ਮਹਿ ਬੈਰਾਗੀ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 768)*
2. ਪੂਰਾ ਬੈਰਾਗੀ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਗੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਮਨੁ ਮਾਨੰ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 635)*
3. ਸੋ ਬੈਰਾਗੀ ਜਿ ਉਲਟੇ ਬ੍ਰਹਮੁ॥ ਗਗਨ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਰੋਪੈ ਥੰਮੁ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਅੰਤਰਿ ਰਹੈ ਧਿਆਨਿ॥ ਤੇ ਬੈਰਾਗੀ ਸਤ ਸਮਾਨਿ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 953)*

13.5.7.2 ਵੈਰਾਗ - 2

ਕਰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਕਣਾ ਵੈਰਾਗ ਨਹੀਂ, ਬੁਜ਼ਦਿਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮਨ ਦਾ ਅਸਲ ਸੁਭਾਓ ਵੈਰਾਗਵਾਨ ਹੈ।[1] ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਵਿਆਪੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਦੁਬਿਧਾ (ਦ੍ਵੈਤ) ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਦ੍ਵੈਤ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਰਾਈ ਜਿੰਨੀ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਵੈਰਾਗ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ।[2] ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦ੍ਵੈਤ ਹਉਮੈ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਨਾ ਮਰੇ, ਵੈਰਾਗ ਨਹੀਂ ਉਪਜ ਸਕਦਾ।[3] ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਮਨਮਤਿ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਜਦ ਤਕ ਮਨਮਤਿ ਨਾ ਨਿਬੜੇ, ਮਨ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਾ ਆਵੇ, ਬੈਰਾਗ ਉਤਪੰਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪੁਰਖ ਬੈਰਾਗੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4] ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਸ਼ਾ ਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਭਾਵ ਨਿਬੜ ਜਾਣੇ ਅਨਿਵਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[5] ਮਨਸਾ ਵੀ ਮਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਮਰ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।[6] ਇਕ ਰੁਕਾਵਟ ਉਹਨਾਂ ਅਵਗਣਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਇਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਵਿਹਾਜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਤਿਆਗ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਹੀ ਵੈਰਾਗ ਜਾਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣਦੀ ਹੈ।[7]

ਇਹ ਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਵੈਰਾਗ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਹਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਔਕੜਾਂ। ਹੁਣ ਵੇਖੀਏ ਵੈਰਾਗ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਕੀ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਦ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਹ ਗਿਆਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਇਕ ਮਹਿਮਾਨ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਘਰ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[8] ਜੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਭਉ ਉਮਡ ਪਵੇ ਤਾਂ ਅਵਗਣਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮੂੰਹ ਫਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੈਰਾਗ ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[9] ਜੇਕਰ ਨਾਲ ਹੀ ਭਗਤੀ ਵੀ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਜਾਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਪਿਆਰਵਾਨ ਬੈਰਾਗ ਵੀ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਉਪਜ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ।[10] ਭਗਤੀ ਰੱਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਤਾਂ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਉਹ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਆਪਣੇ ਮਹਿਬੂਬ, ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[11]

---

1. ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ ॥ ਸਭ ਮਹਿ ਵਸੈ ਅਤੀਤੁ ਅਨਰਾਗੀ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1129)*
2. ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਚਿ ਬੈਰਾਗੁ ਨ ਹੋਵੀ ਜਬ ਲਗੁ ਦੂਜੀ ਰਾਈ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 634)*
3. ਹਉਮੈ ਛੋਡਿ ਭਈ ਬੈਰਾਗਨਿ ਤਬ ਸਾਚੀ ਸੁਰਤਿ ਸਮਾਨੀ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1197)*
4. ਜੋ ਮਨੁ ਮਾਰਹਿ ਆਪਣਾ ਸੇ ਪੁਰਖ ਬੈਰਾਗੀ ਰਾਮ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 569)*
5. ਰਹੈ ਉਦਾਸੁ ਆਸ ਨਿਰਾਸਾ ਸਹਜ ਧਿਆਨਿ ਬੈਰਾਗੀ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1126)*
6. ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਮਿਲੇ ਬੈਰਾਗੀ ਮਨੁ ਮਨਸਾ ਮਾਰਿ ਸਮਾਤਾ ਹੇ ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1032)*
7. ਅਵਗਣ ਤਿਆਗਿ ਭਈ ਬੈਰਾਗਨਿ ਅਸਥਿਰੁ ਵਰੁ ਸੋਹਾਗੁ ਹਰੀ ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1254)*
8. ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਜਾਣੈ ਮਿਹਮਾਨੁ ॥ ਤਾ ਕਿਛੁ ਦਰਗਹ ਪਾਵੈ ਮਾਨੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 350)*
9. ਜਾਂ ਭਉ ਪਾਏ ਆਪਣਾ ਬੈਰਾਗੁ ਉਪਜੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 490)*
10. ਸਹਜੇ ਹੀ ਭਗਤਿ ਊਪਜੈ ਸਹਜਿ ਪਿਆਰਿ ਬੈਰਾਗਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 68)*
11. ਭਗਤੀ ਰਤਾ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ ਆਪੁ ਮਾਰਿ ਮਿਲਾਵਣਿਆ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 112)*

13.5.7.3 ਵੈਰਾਗ - 3

ਰਸਿਕ ਵੈਰਾਗ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਨਫ਼ਰਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਹੀਂ, ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਵੈਰਾਗ ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਵੈਰਾਗ ਨਹੀਂ, ਰਸਿਕ ਵੈਰਾਗ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲ ਸਿਰੀ ਨਗਰ ਗੜ੍ਹਵਾਲ ਵਿਚ ਜਦ ਮਰਹੱਟਿਆਂ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ ਸਾਮਰਥ ਰਾਮਦਾਸ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੋਈ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਸ਼ਾਹੀ ਜਲਾਲ ਵੇਖ ਕੇ ਚਕਿਤ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਅਸਾਂ ਤਾਂ ਸੁਣਿਆ ਸੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਫ਼ਕੀਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਸ਼ਾਹੀ ਜਲਾਲ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹਾਂ।" ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ:

"ਜ਼ਾਹਰ ਅਮੀਰੀ। ਬਾਤਨ ਫ਼ਕੀਰੀ। ਹਮ ਨੇ ਮਾਇਆ ਤਿਆਗੀ ਹੈ, ਦੁਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਤਿਆਗੀ।"

ਤਦ ਸਾਮਰਥ ਰਾਮਦਾਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਯਿਹ ਬਾਤ ਮੇਰੇ ਮਨ ਭਾਵਤੀ ਹੈ।"

ਸਾਡਾ ਤਾਂ ਕਰਤਾਰ ਵੀ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪੂਰਬਲੇ ਕਰਮ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਹੀ ਉਸ 'ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ' ਪੁਰਖ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] "ਜੇਹੋ ਸੇਵੇ ਤੇਹੋ ਹੋਵੈ" ਦੇ ਗੁਰਵਾਕ ਅਨੁਸਾਰ 'ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ' ਨੂੰ ਸੇਵਣ ਵਾਲੇ ਆਪ ਵੀ ਤਾਂ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਹੋਣਾ ਲੋਚਣਗੇ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਹਕੇਵਲ ਬੈਰਾਗੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸ ਵਿਚ ਰੱਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਉਸ ਦਾ ਵੈਰਾਗ ਅਤੀਤ ਭਾਵ ਵਾਲਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਨਾਲ ਅਨੁਰਾਗੀ (=ਪਿਆਰਵਾਨ) ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦਾ ਧਿਏਯ ਆਪ ਅਤੀਤ ਅਨੁਰਾਗੀ ਹੈ।[3] ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਵੈਰਾਗ ਵੀ ਅਨੰਦਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਉਸ ਦੇ ਵੈਰਾਗ ਵਿਚ ਚਾਓ ਤੇ ਚਾਓ ਵਿਚ ਵੈਰਾਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[5] ਸੰਸਾਰ ਵੱਲੋਂ ਤਾਂ ਉਹ ਵੈਰਾਗਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸੱਚ (=ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ) ਨਾਲ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਲਿਵ ਘਰ ਬੈਠਿਆਂ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[6] ਜਦ ਇਸ ਲਿਵ ਦੀ ਪਕਿਆਈ ਅਤਿਅੰਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਦੇ ਆਕਾਸ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ ਦੀ ਰੂਹਾਨੀ ਸੰਗੀਤਕ ਰੁਣਝੁਣਕਾਰ ਪ੍ਰਗਟਦੀ ਹੈ।[7] ਇਹ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗ ਦੀ ਸਿਖਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਆਪਣੀਆਂ ਸਭ ਕੁਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤਾਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[8]

---

1. (ੳ) ਪੂਰਬ ਕਰਮ ਅੰਕੁਰ ਜਬ ਪ੍ਰਗਟੇ ਭੇਟਿਓ ਪੁਰਖੁ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 204)*
   (ਅ) ਹਰਿ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਨਾਮਿ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਕਤਹੁ ਨ ਜਾਇ ਨਿਖੇਧਿਆ॥ *(ਕੇਦਾਰਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1122)*
2. ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸਿ ਰਾਤਾ ਕੇਵਲ ਬੈਰਾਗੀ ਗੁਰਮਤਿ ਭਾਇ ਸੁਭਾਇਆ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1039)*
3. ਸਭ ਮਹਿ ਵਸੈ ਅਤੀਤੁ ਅਨਰਾਗੀ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1129)*
4. ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਰਮ ਕਮਾਵੈ ਬਿਗਸੈ ਹਰਿ ਬੈਰਾਗੁ ਅਨੰਦੁ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 29)*
5. ਹਰਿ ਤੀਜੜੀ ਲਾਵ ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਬੈਰਾਗੀਆ ਬਲਿ ਰਾਮ ਜੀਉ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 774)*
6. ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ॥ ਗ੍ਰਿਹੀ ਅੰਤਰਿ ਸਾਚਿ ਲਿਵ ਲਾਗੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 230)*
7. ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਬੈਰਾਗੀ ਅਨਹਦ ਰੁਣ ਝੁਣਕਾਰੇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 436)*
8. ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਕੁਲਹ ਸਮੂਹਾਂ ਤਾਰੇ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1225)*

14.0 ਬੰਧਨ ਤੇ ਮੁਕਤੀ

ਜੇ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਕਾਇਆ ਦਾ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਅਨੇਕਾਂ ਮਾਲਕਾਂ ਦਾ ਬਰਦਾ ਹੋ ਗਿਆ।

14.1 ਬੰਧਨ

14.1.1 ਕਾਇਆ ਦਾ ਬੰਧਨ - 1

ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਦੁਰਲੱਭ[1] ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਮਨੁੱਖਾ ਦੇਹੀ ਹਰੀ ਦਾ ਮੰਦਰ[2] ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਕੱਚਾ ਭਾਂਡਾ ਵੀ ਹੈ।[3] ਇਹ ਭਾਂਡਾ ਜਰਜਰਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਹੰਢਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4] ਬੁਢੇਪਾ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੰਬਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਅੱਖਾਂ 'ਚੋਂ ਦਿਸਣਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਾਰੀ ਤਾਕਤ ਮਿੱਟੀ ਮਿੱਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[5] ਐਸੇ ਮਿਰਤਕ ਮੜ੍ਹੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਬੜੇ ਜਤਨਾਂ ਨਾਲ ਪਾਲਦੇ ਹਾਂ।[6] ਇਸ ਦੇ ਚਾਹਵਾਨ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਨੂੰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਜਾਉਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[7] ਇਹ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਜਦ ਅੰਦਰੋਂ ਰੂਹ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੇਹੀ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਲੋਕ ਪ੍ਰੇਤ ਪ੍ਰੇਤ ਆਖਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਕਦੋਂ ਬਿਨਸ ਜਾਵੇ। ਤਾਂ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸੇ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।[8] ਕਦੇ ਇਹ ਕਾਮ ਨਾਲ ਦੀਵਾਨੀ ਹੋਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ, ਕਦੇ ਕ੍ਰੋਧ ਨਾਲ ਪਾਗਲ। ਕਦੇ ਸੁੱਖਾਂ ਮਗਰ ਦੌੜੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਦੇ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਡਰਦੀ ਭੱਜਦੀ ਹੈ। ਪਾਪ ਤੇ ਅਪਰਾਧ ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਗੱਲ ਗੱਲ ਤਾਈਂ ਇਹ ਕੂੜ ਕੁਸੱਤ ਨਾਲ ਭਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,[9] ਪਰ ਕਿਸੇ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਇਹ ਸੋਨੇ ਜਹੀ ਕੀਮਤੀ ਦੇਹ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਗੁਆਚੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਸਹੇੜਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪ-ਹੁਦਰੀ ਹੋਈ ਹੁਰਲ ਹੁਰਲ ਕਰਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ:

> **ਦੇਹ ਕੰਚਨ ਵੇ ਵੰਨੀਆ ਇਨਿ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ਵਿਗੁਤੀਆ॥**
> **ਮੋਹੁ ਮਾਇਆ ਵੇ ਸਭ ਕਾਲਖਾ ਇਨਿ ਮਨਮੁਖਿ ਮੂੜਿ ਸਜੁਤੀਆ॥**
>
> *(ਸੂਹੀ ਛੰਤ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 776)*

ਇਕ ਪਿਆਰ ਬਾਝੋਂ, ਲਿਵ ਬਾਝੋਂ ਨਿਮਾਣੀ ਹੋਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਤਰਲੇ ਕਰਦੀ ਹੈ।[10]

---

1. ਕਬੀਰ ਮਾਨਸ ਜਨਮੁ ਦੁਲੰਭੁ ਹੈ ਹੋਇ ਨ ਬਾਰੈ ਬਾਰ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1366)*
2. ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ ਗਿਆਨਿ ਰਤਨਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੩ ਬਿਭਾਸ, ਪੰਨਾ 1346)*
3. ਕਬੀਰ ਕਾਇਆ ਕਾਚੀ ਕਾਰਵੀ ਕੇਵਲ ਕਾਚੀ ਧਾਤੁ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1376)*
4. ਇਹੁ ਸਰੀਰੁ ਜਜਰੀ ਹੈ ਇਸ ਨੋ ਜਰੁ ਪਹੁਚੈ ਆਏ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 584)*
5. ਕਰ ਕੰਪਿ ਚਰਣ ਸਰੀਰੁ ਕੰਪੈ ਨੈਣ ਅੰਧੁਲੇ ਤਨੁ ਭਸਮ ਸੇ॥ *(ਤੁਖਾਰੀ ਛੰਤ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1110)*
6. ਅਨਿਕ ਜਤਨ ਕਰਿ ਕਾਇਆ ਪਾਲੀ॥
   ਮਰਤੀ ਬਾਰ ਅਗਨਿ ਸੰਗਿ ਜਾਲੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 325)*
7. ਇਸੁ ਦੇਹੀ ਕਉ ਬਹੁ ਸਾਧਨਾ ਕਰੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 265)*
8. ਲਖ ਸੀਗਾਰ ਬਣਾਇਆ ਕਾਰਜਿ ਨਾਹੀ ਕੇਤੁ॥
   ਜਿਤੁ ਦਿਨਿ ਦੇਹ ਬਿਨਸਸੀ ਤਿਤੁ ਵੇਲੈ ਕਹਸਨਿ ਪ੍ਰੇਤੁ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 134)*
9. ਇਹੁ ਸਰੀਰੁ ਕੂੜਿ ਕੁਸਤਿ ਭਰਿਆ ਗਲ ਤਾਈ ਪਾਪ ਕਮਾਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 245)*
10. ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ॥
    ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 917)*

14.1.2 ਕਾਇਆ ਦਾ ਬੰਧਨ - 2 (ਦੇਹ ਅਭਿਮਾਨ)

ਕੇਵਲ ਮਰਨ 'ਤੇ ਹੀ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਾਇਆ ਅਸਲੋਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।

ਅਸੀਂ ਸਭ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ 'ਇਹ ਤਨ ਮੇਰਾ ਹੈ'।[1] ਪਰ ਕੀ ਇਹ ਤਨ ਸੱਚਮੁੱਚ 'ਮੇਰਾ' ਹੈ, ਮੈਂ ਬਣਾਇਆ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਇਸ ਉਪਰ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ? ਫਿਰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਉਪਰ ਗਰਬ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।[2] ਇਹ ਦੇਹੀ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੇ-ਪੁੱਛੇ ਬਿਨਾਂ, ਸਗੋਂ ਸਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੋ ਕੇ, ਬਿਨਸ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਇਸ ਉਪਰ ਗਰਬ ਕੇਹਾ ? ਪਰ, ਹੈ।[3] ਇਸ ਜਰਜਰੀ, ਕੱਚੀ ਦੇਹ ਦੇ ਅਸੀਂ ਅਭਿਮਾਨੀ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[4] ਕਪੜਿਆਂ ਨਾਲ, ਸੁਗੰਧੀਆਂ ਨਾਲ, ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ, ਭੋਗਾਂ ਨਾਲ[5] ਇਸ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਾਰਦੇ ਤੇ ਇਸ ਉੱਤੇ ਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਇਸ ਕਾਠ ਦੀ ਹਾਂਡੀ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਭ ਕਾਸੇ ਦੀ ਵਾਕਫ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਨਿਸਚਿਤ ਵਾਪਰਨ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਵੱਲੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।[6] ਇਹ ਤਾਂ ਓਨਾ ਚਿਰ ਹੀ ਜਿਊਂਦੀ ਹੈ, ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਇਸ ਅੰਦਰ ਆਤਮਾ ਦੀ ਜੋਤਿ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਸ ਦਾ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਵਿਜੋਗ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਕਾਸੇ ਜੋਗੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਨਾ ਸੰਜੋਗ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਹੈ ਨਾ ਵਿਜੋਗ।[7] ਫਿਰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਗਰਬ ਕਰੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਜੋਤਿ (ਚੇਤਨਾ) ਜੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਹੋਰ ਸਭ ਸਰੀਰਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਹੋ ਹੈ।[8] ਪਰ ਅਸੀਂ ਮੂਰਖ ਲੋਕ ਇਸ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮੰਨ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਸ਼ਾਵਾਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਜੋਈ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[9] ਬਾਹਰੋਂ ਧੋਤੀ ਸੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਦਾ ਅੰਦਰਾ ਪਾਪ ਦੇ ਕੂੜ ਕਬਾੜ ਦੀ ਮੈਲ ਨਾਲ ਭਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਮੰਨ ਕੇ ਦੇਹ-ਅਧਿਆਸੀ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਪਹਿਲਾਂ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਚੰਬੜਦੇ ਹਾਂ, ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਚੰਬੇੜਦੇ ਹਾਂ। 'ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ' ਤੋਂ ਅੱਗੇ 'ਮੇਰੀਆਂ ਵਸਤਾਂ', 'ਮੇਰੇ ਸੰਬੰਧੀ' ਆਦਿ ਦੀ ਮਮਤਾ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਮਤਾ (ਮੇਰਾ-ਪਨ) ਕਾਰਨ ਮੋਹ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦਾ ਵੈਰੀ ਮਿਥ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿੰਦਾ ਆਦਿ ਵਿਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

ਹਉ ਤੁਧੁ ਆਖਾ ਮੇਰੀ ਕਾਇਆ ਤੂੰ ਸੁਣਿ ਸਿਖ ਹਮਾਰੀ ॥
ਨਿੰਦਾ ਚਿੰਦਾ ਕਰਹਿ ਪਰਾਈ ਝੂਠੀ ਲਾਇਤਬਾਰੀ ॥
ਵੇਲਿ ਪਰਾਈ ਜੋਹਹਿ ਜੀਅੜੇ ਕਰਹਿ ਚੋਰੀ ਬੁਰਿਆਰੀ ॥
ਹੰਸੁ ਚਲਿਆ ਤੂੰ ਪਿਛੈ ਰਹੀਏਹਿ ਛੁਟੜਿ ਹੋਈਅਹਿ ਨਾਰੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 155)*

---

1. ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਾਣੈ ਇਹੁ ਤਨੁ ਮੇਰਾ ॥ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਉਆਹੂ ਲਪਟੇਰਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 180)*
2. ਆਪਨ ਤਨੁ ਨਹੀ ਜਾ ਕੋ ਗਰਬਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 187)*
3. ਗਰਬੁ ਕਰਤੁ ਹੈ ਦੇਹ ਕੋ ਬਿਨਸੈ ਛਿਨ ਮੈ ਮੀਤ ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1428)*
4. ਕਾਚੀ ਦੇਹ ਮਾਨੁਖ ਅਭਿਮਾਨੀ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 741)*
5. ਰੂਪ ਧੂਪ ਸੋਗੰਧਤਾ ਕਾਪਰ ਭੋਗਾਦਿ ॥
   ਮਿਲਤ ਸੰਗਿ ਪਾਪਿਸਟ ਤਨ ਹੋਏ ਦੁਰਗਾਦਿ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 810)*
6. ਕਾਇਆ ਭੀਤਰਿ ਅਵਰੋ ਪੜਿਆ ਮੰਮਾ ਅਖਰੁ ਵੀਸਰਿਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧ ਪਟੀ, ਪੰਨਾ 434)*
7. ਕਾਇਆ ਹੰਸਿ ਸੰਜੋਗੁ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥
   ਤਿਨ ਹੀ ਕੀਆ ਵਿਜੋਗੁ ਜਿਨਿ ਉਪਾਇਆ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 139)*
8. ਏਕਾ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸਰੀਰਾ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 125)*
9. ਆਸਾ ਬੰਧੀ ਮੂਰਖ ਦੇਹ ॥ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲਪਟਿਓ ਅਸਨੇਹ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 178)*

14.2 ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਬੜੀ ਵਾਰ ਅਸੀਂ ਪਰਛਾਵਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਾਦ-ਵਿਵਾਦ ਕਰਦੇ
ਹਾਂ ਤੇ ਅਸਲ ਵਸਤ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹਾਲਤ ਕੀ ਹੈ ? ਉਸ ਦੇ ਨੈਣ ਪਰਾਈ ਸੁੰਦਰਤਾ ਪਿੱਛੇ ਵਿਕਾਰੀ ਹੋਏ ਸੁੰਘਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਕੰਨ ਨਿੰਦਿਆ ਭਰੇ ਵਿਚਾਰ ਸੁਣ ਸੁਣ ਗ਼ਾਫ਼ਲ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਰਸਨਾ ਰਸਾਂ ਵਿਚ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹੋਈ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਮਾਇਆ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਨਸ਼ੇ ਵਿਚ ਮਸਤ ਬੇਹੋਸ਼ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਕੋਈ ਜਾਗਦਾ ਵੀ ਹੈ ?[1] ਇਥੇ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਹੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਤਾਂ ਸਭ ਸੁਣੀਆਂ ਸੁਣਾਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਖੱਪਰ ਵਿਚ ਪਰਾਏ ਵਿਚਾਰ ਪੁਆਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕਈਆਂ ਦੇ ਤਾਂ ਖੱਪਰ ਵੀ ਟੁੱਟੇ ਭੱਜੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਭਿਖਿਆ ਵੀ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਪੁਆ ਸਕਦੇ।[2] ਪਰਾਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਬੱਝੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਥੇ ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਦਵਾਨ ਵੀ ਹਨ, ਪੰਡਿਤ ਵੀ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਪੁਸਤਕਾਂ ਤਾਂ ਪੜ੍ਹੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਏ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਪਾਸ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਅਸਲ ਚੱਜ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵੀ ਵਖ਼ਤ ਵਿਚਾਰਦਾ ਹੈ,[3] ਉਹ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਪੰਡਿਤ ਹੈ।[4] ਉਹੀ ਵਿਚਾਰ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਕਦਮ ਪੁੱਟਦਾ ਹੈ।[5] ਬਾਕੀ ਦੀ ਪੰਡਿਤਾਈ ਤਾਂ ਨਿਰਾ ਬੰਧਨ ਹੈ। ਫਿਰ ਤਾਂ ਵੇਦ ਪਾਠ ਵੀ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਕਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਬੰਨ੍ਹਦੀ ਹੈ। ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੀ ਨਿਰੀ ਖੁਆਰੀ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਹੈ।[6] ਤੱਤ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਰਤਨ ਤਾਂ ਕੋਈ ਪਾਰਖੂ ਹੀ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ।[7] ਬਾਕੀ ਤਾਂ ਵਾਦ-ਵਿਵਾਦ ਦੇ ਝਗੜੇ ਵਿਚ ਹੀ ਬੱਝੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ :

ਮਨਮੁਖ ਮੂਲਹੁ ਭੁਲਿਆ ਵਿਚਿ ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ॥
ਝਗੜਾ ਕਰਦਿਆ ਅਨਦਿਨੁ ਗੁਦਰੈ ਸਬਦਿ ਨ ਕਰਹਿ ਵੀਚਾਰੁ॥
ਸੁਧਿ ਮਤਿ ਕਰਤੈ ਸਭ ਹਿਰਿ ਲਈ ਬੋਲਨਿ ਸਭੁ ਵਿਕਾਰੁ॥

(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 316)

---

1. ਨੈਨਹੁ ਨੀਦ ਪਰ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਵਿਕਾਰ॥ ਸ੍ਵਣ ਸੋਏ ਸੁਣਿ ਨਿੰਦ ਵੀਚਾਰ॥
ਰਸਨਾ ਸੋਈ ਲੋਭਿ ਮੀਠੈ ਸਾਦਿ॥ ਮਨੁ ਸੋਇਆ ਮਾਇਆ ਬਿਸਮਾਦਿ॥
ਇਸੁ ਗ੍ਰਿਹ ਮਹਿ ਕੋਈ ਜਾਗਤੁ ਰਹੈ॥ ਸਾਬਤੁ ਵਸਤੁ ਓਹੁ ਅਪਨੀ ਲਹੈ॥
(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)
2. ਫੂਟੈ ਖਾਪਰੁ ਭੀਖ ਨ ਭਾਇ॥ ਬੰਧਨਿ ਬਾਧਿਆ ਆਵੈ ਜਾਇ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 903)*
3. ਵਖਤੁ ਵੀਚਾਰੇ ਸੁ ਬੰਦਾ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 84)*
4. ਜਗਿ ਪੰਡਿਤੁ ਵਿਰਲਾ ਵੀਚਾਰੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 413)*
5. ਰਖਿ ਰਖਿ ਚਰਨ ਧਰੇ ਵੀਚਾਰੀ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 685)*
6. ਬੇਦ ਪਾਠ ਸੰਸਾਰ ਕੀ ਕਾਰ॥ ਪੜ੍ਹਿ ਪੜ੍ਹਿ ਪੰਡਿਤ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰ॥
ਬਿਨੁ ਬੂਝੇ ਸਭ ਹੋਇ ਖੁਆਰ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 791)*
7. ਰਤਨਾ ਪਾਰਖੁ ਜੋ ਹੋਵੈ ਸੁ ਰਤਨਾ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 589)*

14.3 ਸੋਚਾਂ ਅੰਦੇਸਿਆਂ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਕਿਤਨਾ ਦੁੱਖ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸੋਚ ਕੇ ਉਠਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਕਦੇ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹੀ ਨਹੀਂ।

ਅਸੀਂ ਸਭ ਸੋਚਾਂ ਅੰਦੇਸਿਆਂ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਇੰਦਰੀਆਂ ਸਾਡੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਨਹੀਂ, ਬੁੱਧੀ ਸਾਡੀ ਬਿਬੇਕੋਂ ਹੀਣੀ ਹੈ। ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਸਲੋਂ ਪਾਗਲ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਬਾਵਲੇ ! ਸੋਚਾਂ ਅੰਦੇਸਿਆਂ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਦਿਨ ਗੁਜ਼ਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[1] ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੇ ਕਿ ਇਕ ਦੋ ਘੜੀਆਂ ਦੀ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਏਡੀ ਸੋਚਾ ਤੇ ਅੰਦੇਸਾ ਕਿਉਂ ਲਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ?[2] ਚਿੰਤਾ-ਅਚਿੰਤਾ, ਸੋਚਾ-ਅਸੋਚਾ, ਹਰਖ-ਸੋਗ, ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ, ਲੋਭ-ਮੋਹ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਰੋਗ ਹਉਮੈ, ਇਹ ਸਭ ਸਾਨੂੰ ਭਜਾਈ ਥਕਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।[3] ਕਮਾਲ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸੋਚਦੇ ਤੇ ਚਿਤਵਦੇ ਹਾਂ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਸਾਡੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਸਾਡਾ ਦੁੱਖ ਹੀ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।[4] ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਅੰਨ੍ਹੇ ਖੂਹ ਵਿਚ ਇਕ ਰੱਸੀ ਆਸਰੇ ਲਟਕੇ ਹੋਏ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੂਹਾ ਕੁਤਰੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੋਣੀ ਤੋਂ ਅਚੇਤ ਹੋਏ ਸਵਾਦਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਉਮਰ ਦੀ ਰੱਸੀ ਚੂਹਾ ਟੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਅੰਨ੍ਹੇ ਖੂਹ ਵਿਚ ਜਾ ਡਿੱਗਦੇ ਹਾਂ।[5] ਐਸੀ ਦਰਦਨਾਕ ਭਾਵੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ, ਕੀ ਚਿਤਵਦੇ ਹਾਂ, ਕੀ ਉਪਾਓ ਭਾਲਦੇ ਹਾਂ।[6] ਜਦ ਕੋਈ ਸੋਚ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਮਨੁੱਖੀ ਸੋਚਾਂ ਦੀ ਹਾਰ ਮੰਨਣ 'ਤੇ ਮਜਬੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7] ਫਿਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, 'ਹੁਣ ਸੋਚਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਚਲੋ ਸੋਚਣਾ ਹੀ ਛੱਡੋ।[8] ਜਦ ਮਾਇਆਵੀ ਸੋਚਾਂ ਛੱਡਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਵੱਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲੱਗਿਆ ਬ੍ਰਹਮ-ਨਿਸ਼ਠ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ :

ਨਾ ਉਸੁ ਸੋਚੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਸੋਚਾ॥
ਨਾ ਉਸੁ ਲੇਪੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਪੋਚਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 391)*

---

1. ਜਾਨਿ ਅਜਾਨ ਭਏ ਹਮ ਬਾਵਰ ਸੋਚ ਅਸੋਚ ਦਿਵਸ ਜਾਹੀ॥
ਇੰਦ੍ਰੀ ਸਬਲ ਨਿਬਲ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਪਰਮਾਰਥ ਪਰਵੇਸ ਨਹੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 658)*
2. ਸੋਚ ਅੰਦੇਸਾ ਤਾ ਕਾ ਕਹਾ ਕਰੀਐ ਜਾ ਮਹਿ ਏਕ ਘਰੀ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 499)*
3. ਚਿੰਤ ਅਚਿੰਤਾ ਸੋਚ ਅਸੋਚਾ ਸੋਗੁ ਲੋਭੁ ਮੋਹੁ ਥਾਕਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 671)*
4. ਜਉ ਲਉ ਹਉ ਕਿਛੁ ਸੋਚਉ ਚਿਤਵਉ ਤਉ ਲਉ ਦੁਖਨੁ ਭਰੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*
5. ਅਨਦਿਨੁ ਮੂਸਾ ਲਾਜੁ ਟੁਕਾਈ॥ ਗਿਰਤ ਕੂਪ ਮਹਿ ਖਾਹਿ ਮਿਠਾਈ॥
ਸੋਚਤ ਸਾਚਤ ਰੈਨਿ ਬਿਹਾਨੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 390)*
6. ਕਿਆ ਤੂ ਸੋਚਹਿ ਕਿਆ ਤੂ ਚਿਤਵਹਿ ਕਿਆ ਤੂੰ ਕਰਹਿ ਉਪਾਏ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1266)*
7. ਕਿਆ ਤੂ ਸੋਚਹਿ ਮਾਣਸ ਬਾਣਿ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1139)*
8. ਅਬ ਕਿਆ ਸੋਚਉ ਸੋਚ ਬਿਸਾਰੀ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1209)*

14.4 ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਅਸੀਂ ਹਾਲਾਤ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦੇ; ਸਗੋਂ ਹਾਲਾਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡੀਆਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਤੇ ਲਾਲਸਾਵਾਂ ਹੀ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰੀਏ ਤਾਂ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਡਾ ਵੱਡਾ ਫੰਦਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਗਲ ਵਿਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਲੱਛਣ ਹੈ ਫੈਲਣਾ। ਇਹ ਅਮਰ ਬੇਲ ਵਾਂਗ ਫੈਲਦੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਜਿਸ ਪੌਦੇ ਉਪਰ ਵੀ ਪੈ ਜਾਵੇ, ਉਸੇ ਦਾ ਦੰਮ ਘੁੱਟ ਕੇ ਮਾਰ ਸੁੱਟਦੀ ਹੈ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵੀ ਇਕ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਖੜ੍ਹੋਂਦੀ, ਸਗੋਂ ਫੈਲਦੀ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1] ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਕਿਉਂਕਿ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਬੰਦਾ ਖੱਪ ਖੱਪ ਕੇ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਾ ਦੂਜਾ ਲੱਛਣ ਹੈ, ਇਕ ਖ਼ਾਹਿਸ਼ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਵੱਲ ਟਪੋਸੀ ਮਾਰ ਜਾਣਾ—ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬਾਂਦਰ ਇਕ ਟਾਹਣੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ 'ਤੇ ਜਾਂ ਇਕ ਬਿਰਛ ਤੋਂ ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਟਪੋਸੀ ਮਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਕਦੇ ਧਨ-ਸੰਪੱਤੀ ਮੰਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਦੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ, ਕਦੇ ਬੇਟਾ ਮੰਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਦੇ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਜਾਂ ਕਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਲੋਚਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਈ ਕੁਝ—ਇਸ ਦੀਆਂ ਟਪੋਸੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਤ ਹੀ ਨਹੀਂ:

ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਸੁਤ ਬੰਧਪ ਘਰ ਨਾਰਿ ॥
ਧਨਿ ਜੋਬਨਿ ਜਗੁ ਠਗਿਆ ਲਬਿ ਲੋਭਿ ਅਹੰਕਾਰਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 61)*

ਇਸ ਦਾ ਤੀਜਾ ਲੱਛਣ ਹੈ—ਭਰਮਾਉਣਾ। ਭਰਮ ਦੀ ਖੂਹੀ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਚਿੱਕੜ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਚਿੱਕੜ ਵਿਚ ਮੋਹ ਕਾਰਨ ਫਸਿਆ ਬੰਦਾ ਤਿਲਮਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਿਕਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਪਕੜ ਉਸ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦਿੰਦੀ।[3]

ਇਸ ਦਾ ਚੌਥਾ ਲੱਛਣ ਹੈ—ਮੋਹਣਾ। ਇਸ ਦਾ ਮੋਹਿਆ, ਇਸ ਦੇ ਜਾਦੂ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਡਾਢਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਮਜਲਿਸ ਵਿਚ ਜਮਕਾਲ ਕੂੜ ਭਰਿਆ ਨਸ਼ਾ ਪਿਆਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਹੈ—ਸਾੜਨਾ। ਜਿਵੇਂ ਅੱਗ ਸੁਹਣੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵੀ ਮਿੱਠੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਵੇਂ ਅੱਗ ਸਾੜਦੀ ਹੈ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵੀ ਸਾੜਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਵੇ ਤਾਂ ਕ੍ਰੋਧ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਸਾੜਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾੜਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਹੀ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਦਾਧੀ ਜਲਿ ਮੁਈ ਜਲਿ ਜਲਿ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ॥
ਸਤਿਗੁਰ ਸੀਤਲ ਜੇ ਮਿਲੈ ਫਿਰਿ ਜਲੈ ਨ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ॥

(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 588)

---

1. ਸਹਸ ਖਟੇ ਲਖ ਕਉ ਉਠਿ ਧਾਵੈ ॥
ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਵੈ ਮਾਇਆ ਪਾਛੈ ਪਾਵੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 278-79)*
2. ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਹਿਓ ਨ ਜਾਈ ॥
ਚੰਚਲ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਯਾ ਤੇ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਾਈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 219)*
3. ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਕੂਈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਰਸ ਪੰਕਜ ਅਤਿ ਤੀਖ੍ਯਣ ਮੋਹ ਕੀ ਫਾਸ ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 204)*
4. ਕਾਇਆ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਮਜਲਸ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਧਾਤੁ ॥
ਮਨਸਾ ਕਟੋਰੀ ਕੂੜਿ ਭਰੀ ਪੀਲਾਏ ਜਮਕਾਲੁ ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੪, ਮਰਦਾਨਾ ੧, ਪੰਨਾ 553)*

14.5 ਮਾਇਆ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹਰ ਭਰਮ ਦੀ ਕੁੰਜ ਉਤਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ ਦੀ ਵੀ।

ਮਾਇਆ ਈਸ਼ਵਰ ਦੀ ਉਹ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਥਾਣੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਉਹ ਇਕ (ਕਰਤਾਰ), ਬਹੁ-ਰੰਗੀ ਕਿਰਤ (ਮਾਇਆ) ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਇਆ ਨੇ ਇਕ ਭਰਮ ਜਾਲ ਬੁਣ ਲਿਆ ਜੋ ਨਾ ਕੇਵਲ ਬਹੁ-ਰੂਪੀ ਹੀ ਹੈ, ਬੜਾ ਵਿਚਿੱਤਰ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਂਹਦਾ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਇਆ ਜਾਲ ਉਸ ਇੱਕੋ ਇਕ ਸੱਚਾਈ ਉੱਪਰ ਪਰਦਾ ਪਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਉਹਲੇ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਹੈ।[1] ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦ੍ਰੀਆਂ ਦੇ ਦਰਸਾਏ ਭਰਮ-ਦ੍ਰਿਸ਼ ਸਾਨੂੰ ਸੱਚ ਵੀ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਨਮੋਹਣੇ ਵੀ।

ਪਰ ਅਸਲ ਤਾਂ ਇਹ ਸਭ ਭੁਲੇਖਾ ਹੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਆਰਸੀ ਸਾਹਵੇਂ ਖਲੋਤੇ ਹੋ ਤੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਤੁਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋ। ਆਰਸੀ ਅੰਦਰ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ। ਇਵੇਂ ਹੀ ਮਾਇਆ ਵੀ, ਇਕ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਜਾਲ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬੁਣਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਤੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਹੋਰਲੇ ਅਥਵਾ ਦ੍ਵੈਤ ਭਾਵ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਇਉਂ ਇਕ ਮੋਹ ਸਾਡਾ ਉਸ ਨਜ਼ਾਰੇ ਨਾਲ ਪਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਵਿਖਾਲਦੀ ਹੈ।[3] ਇਸ ਦੇ ਭੁਲੇਖੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਜੀਅ ਨਹੀਂ ਬਚਦਾ, ਸਭ ਦੇ ਸਭ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[4] ਜੋ ਨਾਮ ਆਸਰੇ ਇਸ ਭੁਲੇਖੇ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹੀ ਮੁਕਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਇਆ ਦਾ ਇਕ ਰੂਪ ਧਨ ਹੈ, ਲਛਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਵਿਚ ਝਗੜੇ ਖੜੇ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ।[5] ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਪਾਪਾਂ ਬਿਨਾਂ ਜੁੜਦੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਵੀ ਜੁੜੀ ਜੁੜਾਈ ਇਥੇ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਫਿਰ ਵੀ ਲੋਕ ਇਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੜ ਲੜ ਮਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਨੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[6] ਜਿਸ ਪਾਸ ਮਾਇਆ ਥੋੜੀ ਹੋਵੇ ਉਹ ਚਿੰਤਾਵਾਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਬਹੁਤੀ ਹੋਵੇ ਉਹ ਇਸ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿਚ ਪਿਆ ਭਟਕਦਾ ਹੈ। ਸੁਖੀ ਉਹੀ ਹੈ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ।[7] ਇਸੇ ਵਿਚ ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਮੋਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਏਕ ਅਨੇਕ ਬਿਆਪਕ ਪੂਰਕ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਸੋਈ॥ *(ਆਸਾ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 485)*
2. ਮਾਇਆ ਚਿਤ੍ਰ ਬਚਿਤ੍ਰ ਬਿਮੋਹਿਤ ਬਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਈ॥ *(ਆਸਾ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 485)*
3. ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 921)*
4. ਮਾਇਆ ਐਸੀ ਮੋਹਨੀ ਭਾਈ॥ ਜੇਤੇ ਜੀਅ ਤੇਤੇ ਡਹਕਾਈ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1160)*
5. ਇਸੁ ਜਰ ਕਾਰਣਿ ਘਣੀ ਵਿਗੁਤੀ ਇਨਿ ਜਰ ਘਣੀ ਖੁਆਈ॥
   ਪਾਪਾ ਬਾਝਹੁ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਮੁਇਆ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 417)*
6. ...ਉਨਿ ਘਰਿ ਘਰਿ ਮੇਲਿਓ ਦੂਆ॥
   ਕਿਸ ਹੀ ਵਾਧਿ ਘਾਟਿ ਕਿਸ ਹੀ ਪਹਿ ਸਗਲੇ ਲਰਿ ਲਰਿ ਮੂਆ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 673)*
7. ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਬਹੁਤੁ ਤਿਸੈ ਗ੍ਰਿਹਿ ਚਿੰਤਾ॥ ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਥੋਰੀ ਸੁ ਫਿਰੈ ਭ੍ਰਮੰਤਾ॥
   ਦੁਹੂ ਬਿਵਸਥਾ ਤੇ ਜੋ ਮੁਕਤਾ ਸੋਈ ਸੁਹੇਲਾ ਭਾਲੀਐ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1019)*

14.6 ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗ਼ਲਤੀ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ
ਮੁੱਲ ਤਾਂ ਵਧਾਅ ਚੜ੍ਹਾਅ ਕੇ ਪਾਈਏ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਅਤਿ ਕੰਜੂਸੀ ਨਾਲ।

ਹਉਮੈ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਹੈ ਕੀ ? ਇਉਂ ਸਮਝੀਏ ਜਿਵੇਂ ਮਨ ਹੀ ਸੰਘਣਾ ਹੋ ਕੇ ਹਉਮੈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਸਾਡੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ, ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰ, ਸਾਡੀਆਂ ਯਾਦਾਂ, ਸਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਇਸੇ ਨਾਲ ਬੱਝੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਇਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸੰਖ ਉਸੇ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਪੂਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਭ ਟੱਲੀਆਂ ਉਸੇ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਗੂੰਜ ਹਨ। ਇਉਂ ਸਾਨੂੰ ਹਉਮੈ ਨੇ ਬੰਨ੍ਹ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਥੇ ਮਰਜ਼ੀ ਚਲੇ ਜਾਈਏ, ਇਸ ਦੀ ਜਕੜ ਵਿਚ ਜਕੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰੀਏ, ਉਸ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੰਧਨ ਹੀ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।[2]

ਹਉਮੈ ਸਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਖ਼ੁਸ਼ਾਮਦਨ ਹੈ। ਸਿਫ਼ਤ ਇਹ ਆਪਣੀ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਭਰਮ ਇਹ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਰੱਬ ਹੈ, ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਿਥੇ ਹਉਮੈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਰੱਬ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।[3] ਜਿਥੇ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰ ਸਕਦੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਤੇ ਰੱਬ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਆਪੋ ਵਿਚ ਵਿਰੋਧਤਾ ਹੈ।[4] ਤਦੇ ਜਿਸ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਵੱਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਥੋਂ ਹਉਮੈ ਉਧੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਆਗਿਆ-ਪਾਲਨ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕ ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਆਗਿਆ-ਪਾਲਨ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਦੀ ਜਕੜ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰੱਬ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅੱਗੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਅੰਦਰ ਚੱਲਣਾ, ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਹਨ। ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਕਮਾਉਣ ਵਿਚ ਹੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੀਰਘ ਰੋਗ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[5]

ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੜੀਏ, ਉਥੋਂ ਸੜਾਂਦ ਕਿਉਂ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ? ਗਹੁ ਨਾਲ ਵੇਖੋਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਹਉਮੈ ਹੀ ਸੜਾਂਦ ਮਾਰ ਰਹੀ ਲੱਗੇਗੀ। ਨਾਮ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਜਲ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋੜ੍ਹ ਦਿਉ। ਮਨ ਮੰਦਰ ਲਿਸ਼ਕ ਉਠੇਗਾ।

---

1. ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ ਕਿਉ ਕਰਿ ਵਿਚੁ ਦੇ ਜਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 509)*
2. ਤ੍ਰੈ ਗੁਣ ਮਾਇਆ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ਹਉਮੈ ਬੰਧਨ ਕਮਾਏ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 604)*
3. ਹਉ ਮੈ ਕਰੀ ਤਾਂ ਤੂ ਨਾਹੀ ਤੂ ਹੋਵਹਿ ਹਉ ਨਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ, ਸਲੋਕ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 1092-93)*
4. ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 560)*
5. ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ॥
   ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ॥
   ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*

14.7 ਭਉ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਮੌਤ ਤੇ ਦੁੱਖ ਸਾਨੂੰ ਇਤਨਾ ਆਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਜਿਤਨਾ ਕਿ ਮੌਤ ਤੇ ਦੁੱਖ ਦਾ ਭਉ।

ਭਉ ਅਥਵਾ ਡਰ ਇਕ ਐਸਾ ਬੁਨਿਆਦੀ, ਤਿੱਖਾ ਤੇ ਅੰਗ-ਮਾਰੂ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਾਲਾ ਭਾਵ ਹੈ ਜੋ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਵੀ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਖ਼ਤਰੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ, ਉਸ ਤੋਂ ਲੁਕ ਜਾਣ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਨੱਸ ਜਾਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਉ ਇਕ ਬੰਧਨ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਇਕ ਬਲਾ ਵੀ। ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਕਿਤੋਂ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰਾ ਭਾਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਡਰ, ਤੌਖਲਾ, ਭਉ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡਰ ਮਰਨ ਦਾ, ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ, ਆਲੋਚਨਾ ਦਾ, ਮਾਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਜਾਂ ਧਨ ਦੀ ਹਾਨੀ ਆਦਿ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਗੋਲੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਤਾਂ ਕਰ ਗੁਜ਼ਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਜਾਂ ਨਿੰਦਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਹਾਰ ਸਕਦੇ।

ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਖ਼ਤਰੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਡਰ, ਕਲਪਨਾ ਕਾਰਨ ਵਧਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਥੜ੍ਹੇ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਡਰ ਡਰ ਕੇ ਡਰੀ ਤਾਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਉਹ ਡਰ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੀ ਹੈ।[1] ਪਰ ਮਨ ਦੇ ਇਸ ਸ਼ੋਰ ਕਾਰਨ ਹੀ ਕਈ ਲੋਕ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਡਰ ਵਿਚ ਬਿਤਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[2]

ਪਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਡਰ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ :

ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ ॥ ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਛੁਟੈ ॥

(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)

ਸੰਸਾਰਕ ਡਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨੈਤਿਕ ਡਰ ਵਧੇਰੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਪੀ ਜਨ ਆਪਣੇ ਪਾਪਾਂ ਕਰਕੇ ਡਰਦਾ ਹੈ।[3] ਪਰ ਜੋ ਸੱਚ 'ਤੇ ਖਲੋਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਦੇ ਭੈ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ।[4] ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਡਰ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੋਈ ਪਾਪ ਨਹੀਂ ਕਮਾਉਂਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਡਰ ਜਾਂ ਤੌਖਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਭੈ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਤਨਾ ਆਪ ਡਰਨਾ ਮਾੜਾ ਹੈ, ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਓਨਾ ਹੀ ਮਾੜਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣਾ ਹੈ। ਜੋ ਨਾ ਆਪ ਡਰਦਾ ਤੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਇਸ ਬੰਧਨ ਦੇ ਦੋਹਾਂ ਸਿਰਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ, ਗਿਆਨਵਾਨ ਪੁਰਖ ਹੈ।[6]

---

1. ਡਰਿ ਡਰਿ ਡਰਣਾ ਮਨ ਕਾ ਸੋਰੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 151)*
2. ਡਰਪਤ ਡਰਪਤ ਜਨਮ ਬਹੁਤੁ ਜਾਹੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 197)*
3. ਸੋ ਡਰੈ ਜਿ ਪਾਪ ਕਮਾਵਦਾ ਧਰਮੀ ਵਿਗਸੇਤੁ॥
   ਤੂੰ ਸਚਾ ਆਪਿ ਨਿਆਉ ਸਚੁ ਤਾ ਡਰੀਐ ਕੇਤੁ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 84)*
4. ਸਤਿ ਕਰੇ ਜਿਨਿ ਗੁਰੂ ਪਛਾਤਾ ਸੋ ਕਾਹੇ ਕਉ ਡਰਦਾ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 101)*
5. ਡਡਾ ਡਰ ਉਪਜੇ ਡਰੁ ਜਾਈ॥ ਤਾ ਡਰ ਮਹਿ ਡਰੁ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ॥
   (ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 341)
6. ਭੈ ਕਾਹੂ ਕਉ ਦੇਤ ਨਹਿ ਨਹਿ ਭੈ ਮਾਨਤ ਆਨ॥
   ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਗਿਆਨੀ ਤਾਹਿ ਬਖਾਨਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਮਹਲਾ ੯, ਪੰਨਾ 1427)*

14.8 ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਦਾ ਭੂਤ

ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਜਿਤਨਾ ਦੁੱਖ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਅੱਧਾ ਭਾਗ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਮਗਰ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਸਾਊ ਬੰਦੇ ਵੀ ਨਾਮਣੇ ਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਦੇ ਸਾਏ ਮਗਰ ਭੱਜੇ ਫਿਰਦੇ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਨਾਮਣਾ ਤੇ ਕੀਰਤੀ ਕੇਵਲ ਭਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕੇਵਲ ਪਉਣ ਵਿਚ ਉਪਜੀ ਕਿਸੀ ਥਰਥਰਾਹਟ ਵਾਂਗ। ਮਾਇਆ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜ ਕੇ ਕੋਈ ਸਦੀਵੀ ਨਾਮਣਾ ਨਹੀਂ ਖੱਟ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਵੀ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਹੀ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[1] ਮਨੁੱਖ ਜਿਹੜੇ ਸੁੱਖਾਂ ਪਿੱਛੇ ਜੁਆਨੀ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਮਾਇਆ ਦੇ ਉਹ ਭੋਗ ਉਮਰਾ ਨਾਲ ਕੌੜੇ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।[2] ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਤਾਂ ਬੜੀ ਔਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰਤਾ ਕੁ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਮਗਰੋਂ ਇਕ ਵਡੇਰੀ ਭੁੱਖ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੜਕਦੀ ਹੈ—ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤੇਲ ਪਾਇਆਂ ਅੱਗ ਹੋਰ ਭੜਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਮਾਇਆ ਮੋਹਨੀ ਸਭ ਨੂੰ ਮੋਹੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ।[3] ਲੋਕ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਬਹੁਤੀ ਮਾਇਆ ਹੈ ਉਸ ਪਾਸ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਜਿਤਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ, ਉਤਨਾ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੋਈ ਪੁੱਛੇ 'ਕੈਸਰ' ਕਉਣ ਸੀ, 'ਜ਼ਾਰ' ਕਉਣ ਸੀ, 'ਰੂਜ਼ਵੈਲਟ' ਕਉਣ ਸੀ ? ਕਿਤਨੇ ਕੁ ਬੰਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਣਗੇ ? ਹਰ ਨਾਮਣਾ ਕੁਝ ਚਿਰ ਚਮਕਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਯਾਦਾਸ਼ਤ 'ਚੋਂ ਗੁੰਮ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੋਭਾ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਹਾਵਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰੀ ਨਾਲ ਚਿਤ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।[4] ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੁਗਾਂ ਤਕ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰਹਿਣਗੇ; ਇਵੇਂ ਹੀ ਮਹਾਤਮਾ ਬੁੱਧ, ਈਸਾ ਮਸੀਹ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਭਗਵਾਨ ਜਾਂ ਸ੍ਰੀ ਰਾਮ ਚੰਦਰ। ਜੋ ਵੀ ਮਹਾਪੁਰਖ ਲੋਕਾਈ ਨੂੰ ਸੱਚ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ—ਭਾਵੇਂ ਆਪ ਤਸੀਹੇ ਵੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਝੱਲਦੇ ਰਹਿਣ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਦੁਨੀਆਂ ਸਦਾ ਸੀਨੇ ਨਾਲ ਲਗਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

---

1. ਮਾਇਆ ਕੈ ਅਰਥਿ ਬਹੁਤੁ ਲੋਕ ਨਾਚੇ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੀ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 506)*
2. ਖਿਨ ਮਹਿ ਕਉੜੇ ਹੋਇ ਗਏ ਜਿਤੜੇ ਮਾਇਆ ਭੋਗ॥ *(ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 135)*
3. ਮਾਇਆ ਐਸੀ ਮੋਹਨੀ ਭਾਈ॥ ਜੇਤੇ ਜੀਅ ਤੇਤੇ ਡਹਕਾਈ॥ *(ਭੈਰਉ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1160)*
4. ਸੋਭਾ ਸੁਰਤਿ ਸੁਹਾਵਣੀ ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਤੀ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 139)*

14.9 ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਬੰਧਨ

ਨਾ ਸਾਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ ਨਾ ਮਰਨ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦਾ;
ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਜੋ ਸਮਾਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਉਹੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਅਉਸਰ ਹੈ।

ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਕਰਮ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦਾ ਹੀ ਭਾਗ ਹੈ। ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਕਰਮ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਹਰ ਕਰਮ ਦਾ ਆਪਣਾ ਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਰਮ ਮਾੜੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫਲ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1]

ਜੈਸੇ ਕਰਮ ਕੋਈ ਇਕ ਜਨਮ ਵਿਚ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਮੰਦਾ ਜਨਮ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜੇਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਇ ਤੇਹਾ ਹੋਇਸੀ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 730)*

ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਜਨਮ ਵਿਚ ਨਸੀਬ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਰਮ ਮਾੜੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਭਾਗ ਮਾੜੇ। ਇਸੇ ਨਾਤੇ ਕਰਮ (ਮਾੜੇ ਜਾਂ ਚੰਗੇ) ਮਾੜਾ ਜਾਂ ਚੰਗਾ ਜਨਮ ਹੀ ਦਿਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ। ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਕਰਮਾਂ ਪੁਰ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਦਰ (ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼) ਪੁਰ ਹੈ।[2]

ਇਉਂ ਕਰਮ ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਭੁਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕਰਮ ਬਧ ਤੁਮ ਜੀਉ ਕਹਤ ਹੌ ਕਰਮਹਿ ਕਿਨਿ ਜੀਉ ਦੀਨੁ ਰੇ॥
(ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 870)

ਇਹ ਬੰਧਨ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਹੀ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਡਾਢਾ ਬੰਧਨ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਬੰਧਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਦੁੱਖ ਵੀ, ਸੰਕਟ ਵੀ, ਮਲ ਵੀ, ਬਿਕਾਰ ਵੀ, ਤ੍ਰਾਸ ਵੀ, ਭੈ ਵੀ, ਭ੍ਰਮ ਵੀ, ਫਾਹਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਐਸਾ ਬੱਜਰ ਬੰਧਨ ਜਦੋਂ ਕਟਿਆ ਜਾਏ ਤਾਂ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਬੰਧਨ ਕਾਟਿ ਮੁਕਤਿ ਜਨੁ ਭਇਆ॥
ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੂਖੁ ਭ੍ਰਮੁ ਗਇਆ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 289)*

ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਇਹ ਦੁੱਖ ਭ੍ਰਮ ਜਾ ਕਿਵੇਂ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਸ ਦਾ ਉੱਤਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਉਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:

ਦਮਿ ਦਮਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲਦਾ ਦੰਮੁ ਨ ਬਿਰਥਾ ਜਾਇ॥
ਜਨਮ ਮਰਨ ਕਾ ਭਉ ਗਇਆ ਜੀਵਨ ਪਦਵੀ ਪਾਇ॥
ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਮਰਤਬਾ ਤਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਜਿਸ ਨੋ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਰਜਾਇ॥
(ਵਾਰ ਬਿਹਾਗੜਾ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 556)

ਸੋ, ਹਰ ਸਾਦਕ ਲਈ ਇਹੀ ਲਾਜ਼ਮ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਆਤਮ ਸਮਰਪਨ ਕਰੇ ਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰੇ ਕਿ ਮੈਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਪਿਆ ਹਾਰ ਗਿਆ ਹਾਂ। ਹਾਰ ਕੇ ਤੇਰੇ ਦੁਆਰੇ ਆਣ ਢੱਠਾ ਹਾਂ। ਸੋ:

ਪ੍ਰਭ ਜਨਮ ਮਰਨ ਨਿਵਾਰਿ॥ ਹਾਰਿ ਪਰਿਓ ਦੁਆਰਿ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 837)*

---

1. ਕਰਮ ਧਰਤੀ ਸਰੀਰੁ ਜੁਗ ਅੰਤਰਿ ਜੋ ਬੋਵੈ ਸੋ ਖਾਤਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 78)*
2. ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

15.0 ਮੁਕਤੀ

ਮੈਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਇੱਛਕ ਹਾਂ। ਜਦ ਤਿਤਲੀਆਂ ਵੱਲ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਜ਼ਾਦ ਅਥਵਾ ਮੁਕਤ ਉਹੋ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸੁਭਾ ਵਿਚ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਨੇਕਾਂ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਬੰਧਨ ਮਾਇਆ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੰਧਨ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ, ਭਾਵੇਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਪਕੜ ਕਾਰਨ ਬੰਧਨ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਅਵਿੱਦਿਆ ਅਥਵਾ ਅਗਿਆਨ ਦਾ। ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਦਾ ਕਾਰਨ ਮਾਇਆ ਹੀ ਹੈ। ਏਹੋ ਵਖੇਵਿਆਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਹੀ ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਖਿਲਾਰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਗਿਆਨ ਦੇ ਚਕਸ਼ੂ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਹਨੇਰੇ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਬੰਧਨ ਸੰਸਿਆਂ ਤੇ ਭਰਮਾਂ ਦਾ ਵੀ ਹੈ। ਵੱਡਾ ਸੰਸਾ ਤਾਂ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੱਖੋਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਹੀ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[1]

ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਬੰਧਨ ਵੀ ਮਾਇਆਵੀ ਬੰਧਨ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਬੰਧਨ ਭਉ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਦਰ ਸਾਹਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਭਉ ਨਹੀਂ ਜਾਗਦੇ। ਐਸਾ ਸਾਹਸ ਤੇ ਨਿਰਭੈਤਾ ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਮਰਪਿਤ ਹੋਇਆਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[2] ਨਿਰਭੈਤਾ ਜਾਂ ਨਿਰਭਉ ਪਦ, ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਹੀ ਦੂਜਾ ਨਾਮ ਹੈ।

ਇਕ ਸਮਾਜਿਕ ਬੰਧਨ ਧਾਰਮਿਕ ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਦਾ ਵੀ ਹੈ, ਜੋ ਬ੍ਰਾਹਮਣਵਾਦ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਦੇਣ ਹੈ।[3] ਪੁਜਾਰੀ ਵਰਗ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਧਰਮ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਲਾਭ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਪੁਜਾਰੀ ਵਰਗ ਨੂੰ ਉਜਾੜੇ ਦਾ ਬੰਧ ਕਿਹਾ ਹੈ।[4] ਪੁਜਾਰੀ ਵਰਗ ਦੇ ਪਾਏ ਕਰਮ-ਕਾਂਡੀ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਵੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਅੰਗ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਧਾਰਮਿਕ ਸੁਤੰਤ੍ਰਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਵਿਆਪਕ ਭੈ ਮੌਤ ਦਾ ਹੈ; ਇਕ ਮੌਤ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦਾ। ਇਕ ਡਰ ਨਰਕ ਦੇ ਤਸੀਹਿਆਂ ਦਾ ਹੈ; ਸੁਰਗ ਵਿਚ ਬੋਰੀਅਤ ਦਾ ਡਰ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਥੇ ਸਿੱਧੇ ਸਪਾਟ 'ਸ਼ੁਭ ਕਰਮਾਂ' ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਹੋਰ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਦੂਜਾ ਭੈ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਵਿਚ ਪੈਣ ਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਮਾੜੀ ਜੂਨ ਵਿਚ ਪੈ ਜਾਣ ਦਾ ਭੈ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਅਧਿਆਤਮਵਾਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਕਰ ਜੋੜਿ ਨਾਨਕ ਦਾਨੁ ਮਾਗੈ ਜਨਮ ਮਰਣ ਨਿਵਾਰਿ ਲੇਹੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 457)*

---

1. ਸੰਸਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਹੈ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਇ ॥
ਇਕਿ ਆਪਣੈ ਭਾਣੈ ਕਢਿ ਲਇਅਨੁ ਆਪੇ ਲਇਓਨੁ ਮਿਲਾਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 36)*
2. ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ ॥ ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਛੁਟੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*
3. ਪੂਜਾ ਅਰਚਾ ਬੰਦਨ ਡੰਡਉਤ ਖਟੁ ਕਰਮਾ ਰਤੁ ਰਹਤਾ ॥
ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ ਨਹ ਮਿਲੀਐ ਇਹ ਜੁਗਤਾ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)*
4. ਕਾਦੀ ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਮਲੁ ਖਾਇ ॥ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਨਾਵੈ ਜੀਆ ਘਾਇ ॥
ਜੋਗੀ ਜੁਗਤਿ ਨ ਜਾਣੈ ਅੰਧੁ ॥ ਤੀਨੇ ਓਜਾੜੇ ਕਾ ਬੰਧੁ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 662)*

15.1 ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਪਾਸਾਰ

ਜੋ ਜੀਵੰਦਿਆਂ ਹੀ ਅੰਦਰੋਂ ਮਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਸਲ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਰਸ ਤਾਂ ਓਹੋ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਉਪਰੋਕਤ ਸਭ ਪਾਸਾਰ ਜੋ ਅਸਾਂ ਹੁਣ ਤਕ ਵਿਚਾਰੇ ਹਨ, ਮੁਕਤ-ਪੰਥ ਦਾ ਭਾਗ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਵਿਭਿੰਨ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁੜਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਾਸਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੰਡਲ ਵੀ ਪਛਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਉਪਾਸਨਾ ਕਾਂਡ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਮੰਡਲ ਚਾਰ ਹਨ—ਸਾਲੋਕ, ਸਾਮੀਪ, ਸਾਜੁਜ ਤੇ ਸਾਰੂਪ। ਸਾਲੋਕ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਉਪਾਸਕ ਉਪਾਸਯ ਦੇ ਲੋਕ ਵਿਚ ਅੱਪੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਝਾਂਵਲੇ ਵੀ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਮੀਪਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਮੀਪ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ; ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ (ਸਾਜੁਜ) ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸੂਖਮ ਜਿਹੀ ਵਿੱਥ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਰੂਪ (ਸਾਰੂਪ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੁੜਨ (ਜੁਜ਼) ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਦਰਸਾਈ ਗਈ ਹੈ[1] ਤੇ ਸਾਰੂਪ ਦੀ ਸਚਖੰਡਿ ਵਿਚ।[2] ਇਸੇ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਯੋਗ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਨੇ 'ਕੈਵਲਯ' ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਇਹ ਮਾਨਤਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਮੁਕਤੀ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੈ—ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤੀ[3], ਵਿਦੇਹ ਮੁਕਤੀ (ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨਸ਼ਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ) ਤੇ ਨਿੱਤ ਮੁਕਤੀ ਜੋ ਕਰਮਾਂ ਵੱਸ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਨਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਮੁਕਤੇ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਾਲ ਲੋਕਾਈ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਕਰਨ ਲਈ ਅਵਤਾਰ ਧਾਰਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਕਤੀ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਅਰਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਨਿਰੰਤਰ ਜੁੜ ਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।[5] ਜਦੋਂ ਹਉਮੈ ਮਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਅਦ੍ਵੈਤ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ, ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਈ ਜੀਵਾਤਮਾ ਜਦ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ, ਅਵਿੱਦਿਆ ਅਥਵਾ ਦ੍ਵੈਤ ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਸਦੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਮੁਕਤੀ ਹੈ।

---

1. ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ॥ ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*
   (ਇਥੇ 'ਜੋਰੁ' ਦਾ ਅਰਥ 'ਜੋੜ' ਹੈ, ਜਿਵੇਂ "ਕੋਈ ਜਨੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਦੇਵੈ ਜੋਰਿ॥" ਵਾਲੀ ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ।)
2. ਵਿਸਤਾਰ ਲਈ ਵੇਖੋ ਭਾਗ 'ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਖੰਡ'।
3. ਵਿਸਤਾਰ ਲਈ ਵੇਖੋ ਭਾਗ ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤ 15.3.2.
4. ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੇਖੋ ਭਾਗ 15.3.2.
5. ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਜੋ ਮਰਿ ਜੀਵੈ ਸੋ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ॥ *(ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 941-42)*

15.2.1 ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਅਨੁਭਵ - 1

ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੁਕਤੇ ਨੂੰ ਸੋਝੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਮੁਕਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਕੀ ਹੈ।

ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਨਾਮ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਲਗਾਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਏ, ਜਾਂ ਉਸ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਦੇ ਜ਼ਾਤੀ ਸੰਕਲਪ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜਿਸ ਉੱਤੋਂ ਉਸ ਨੇ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਉਸਾਰਿਆ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਸੰਕਲਪ ਨਾਲ ਚੰਬੜੇ ਹੋਏ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਮੋਖ ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ ਭਗਤੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਸਾਧਕ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪਰਮ ਸਤ ਨਾਲ ਏਕੀਕਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਮੰਨੈ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*

ਨਿਰਬਾਣ ਬੁੱਧ ਧਰਮ ਦਾ ਪਦ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਤਨ੍ਹਾ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ) ਦਾ ਬੁਝ ਜਾਣਾ। ਜਦੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਬੁਝ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਅਸੀਮ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਗੇੜ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਮਨੁ ਕਿਰਸਾਣੁ ਹਰਿ ਰਿਦੈ ਜੰਮਾਇ ਲੈ ਇਉ ਪਾਵਸਿ ਪਦੁ ਨਿਰਬਾਣੀ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 23)

ਤੁਰੀਆ ਅਵਸਥਾ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਵਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਜਾਗ੍ਰਿਤ, ਸੁਪਨ ਤੇ ਸਖੋਪਤੀ (ਗੂੜ੍ਹੀ ਨੀਂਦ) ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਨੰਤ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਤੁਰੀਆਵਸਥਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਾਈਐ ਸੰਤ ਸਭਾ ਕੀ ਓਟ ਲਹੀ ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 356)

ਚਉਥਾ ਪਦ ਤਿੰਨ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਤਿੰਨ ਗੁਣ—ਤਮੋ, ਰਜੋ, ਸਤੋ—ਮਾਇਆ ਦੇ ਗੁਣ ਹਨ। ਚੌਥਾ ਪਦ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਉਪਰ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ ਪਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ:

ਤ੍ਰੈ ਗੁਣ ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਹੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਚਉਥਾ ਪਦੁ ਪਾਇ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 30)

ਅਮਰਾ ਪਦ ਜਿਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਮੌਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪੰਕਤੀ ਹੈ:

ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਾਸੁ ਅਮਰ ਪਦੁ ਪਾਵੈ ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧ ਬਿਭਾਸ, ਪੰਨਾ 1342)*

ਨਿਰਭਉ ਪਦ ਉਹ ਅਵਸਥਾ ਜਿਥੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰਕ ਡਰ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਓਟਿ ਗਹੀ ਨਿਰਭਉ ਪਦੁ ਪਾਈਐ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 395)*

ਇਹ ਸਭ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਨੁਭਵ ਹਨ।

15.2.2 ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਅਨੁਭਵ - 2

ਮੁਕਤੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਰੱਬ ਦੀ ਦਾਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਅਸੀਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ। ਕੁਝ ਹੋਰ ਇਥੇ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਾਂ।

ਆਤਮ ਪ੍ਰਗਾਸ : ਘਟਿ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਚੰਡ ਚਾਨਣਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਮਉਲੀ ਧਰਤੀ ਮਉਲਿਆ ਅਕਾਸੁ ॥ ਘਟਿ ਘਟਿ ਮਉਲਿਆ ਆਤਮ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ॥੧॥
ਰਾਜਾ ਰਾਮੁ ਮਉਲਿਆ ਅਨਤ ਭਾਇ ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1193)*

ਵਿਆਪਕ ਹਰੀ ਨੂੰ ਵੇਖਣਹਾਰਾ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਆਤਮ ਪ੍ਰਗਾਸ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਵੇਖਣਹਾਰੇ ਦੀ ਨਦਰ ਹੈ ਜੋ ਆਪ ਵਰੋਸਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਰਾਮ ਨੂੰ ਅਨੰਤ ਭਾਇ ਮੌਲਿਆ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਪ੍ਰਗਾਸ ਨੂੰ ਅੰਤਰ ਜੋਤਿ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅੰਤਰ ਚਾਨਣ ਵੀ :

ਅੰਤਰਿ ਚਾਨਣੁ ਅਗਿਆਨੁ ਅੰਧੇਰੁ ਗਵਾਇਆ ॥
ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਮਿਲੀ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ਹਰਿ ਦਰਿ ਸੋਭਾ ਪਾਵਣਿਆ ॥
(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 124)

ਇਹ ਅੰਤਰ ਚਾਨਣ ਪ੍ਰਚੰਡ ਗਿਆਨ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧੇਰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਬੈਰਾਗ : ਇਹ ਨਾਮ ਦੇ ਰੰਗ ਦਾ ਬੈਰਾਗ ਹੈ।[1] ਇਸ ਵਿਚ ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੋਹ ਮਮਤਾ ਸਭ ਮਿੱਟ ਗਏ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਹੈ।[2] ਪਰ ਇਹ ਬੈਰਾਗ ਕੋਈ ਉਦਾਸ ਬੈਰਾਗ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਅਨੰਦਿਤ ਬੈਰਾਗ ਹੈ :

ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਰਮ ਕਮਾਵੈ ਬਿਗਸੈ ਹਰਿ ਬੈਰਾਗੁ ਅਨੰਦੁ ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 29)*

ਇਸੇ ਅਨੰਦਿਤ ਬੈਰਾਗ ਨੂੰ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗ ਵੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ :

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ ਕੁਲਹ ਸਮੂਹਾਂ ਤਾਰੇ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1225)*

ਨਿਹਾਲਤਾ : ਮੁਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਹਾਲ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਿਹਾਲ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਮੁਰਾਦਮੰਦ ਹੋਣਾ।

...ਹਰਿ ਜਪਿ ਭਈ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 1296)*

ਇਹ ਇਕ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਰ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਰੇ-ਕਰਮ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

ਨਿਹਾਲਤਾ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਬੈਠਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਦਰ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ :

ਜਿਸੁ ਕਾਰਣਿ ਤਨੁ ਧਾਰਿਆ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਡਿਠਾ ਨਾਲਿ ॥
ਜਲਿ ਥਲਿ ਮਹੀਅਲਿ ਪੂਰਿਆ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਣੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਿ ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 48)

---

1. ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਅਰਾਧੀਐ ਨਾਮਿ ਰੰਗਿ ਬੈਰਾਗੁ ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਧੀਕ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1425)*
2. ਕਰਿ ਅਨੁਗ੍ਰਹੁ ਰਾਖਿ ਲੀਨੇ ਮੋਹ ਮਮਤਾ ਸਭ ਤਜੇ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 460)*

15.3.1 ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ - 1

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਉਹੋ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜੀਂਦੇ ਜੀ ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਸਮਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਇਕ ਪੁਰਾਤਨ ਵਿਚਾਰ ਇਹ ਚਲਿਆ ਆਉਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਕਤੀ ਮਰਨੋਪ੍ਰਾਂਤ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਮੁਕਤੀ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ (ਵਿਦੇਹ) ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਕੀ ਹੈ ? ਕਉਣ ਜਾਣੇਗਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੁਕਤੀ ਹੋਈ ਵੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।[1] ਤਾਂ ਫਿਰ ਮੁਕਤੀ ਸਦੇਹ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਹੀ ਗੱਲ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਸਦੇਹ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।[2]

ਸਦੇਹ ਮੁਕਤੀ ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜੀਵੰਦਿਆਂ ਹੀ ਮਰ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।[3] ਜੀਵੰਦਿਆਂ ਮਰ ਜਾਣ ਦਾ ਭਾਵ ਕੀ ਹੈ ? ਜੀਵੰਦਿਆਂ ਉਹ ਮਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ :

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੁ ਸੋ ਆਖੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਜਾਇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1010)*

ਹਉਮੈ ਮਰੇ ਤਾਂ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਦੁਬਿਧਾ ਵੀ ਮਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਦੁਬਿਧਾ ਹੀਣ ਜੀਵ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਗੁਰਿ ਦੁਬਿਧਾ ਜਾ ਕੀ ਹੈ ਮਾਰੀ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੋ ਬ੍ਰਹਮ ਬੀਚਾਰੀ॥
(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 238)

ਇਹ 'ਹਉਮੈ', ਇਹ 'ਦੁਬਿਧਾ' ਮਰਦੀ ਕਿਵੇਂ ਹੈ ? ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ; ਗੁਰ ਉਪਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ; ਤੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਲਿਵ ਲਾਉਣ ਨਾਲ।[4] ਕੋਈ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਲਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਭੈ ਦਾ ਸੰਜਮ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਉਮਾਹ। ਐਸਾ ਗੁਰਮੁਖ ਜੋ ਨਿਤ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਯਾਦ ਸਮਾਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

ਜੀਵਤ ਮਰਣਾ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਕਿਉ ਹੋਇ॥
ਭੈ ਕਾ ਸੰਜਮੁ ਜੇ ਕਰੇ ਦਾਰੂ ਭਾਉ ਲਾਏਇ॥
ਅਨਦਿਨੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਬਿਖੁ ਭਵਜਲੁ ਨਾਮਿ ਤਰੇਇ॥
ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਾਈਐ ਜਾ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੇਇ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 948)*

ਐਸੇ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਨੂੰ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਦੀ ਸਾਰੀ ਮੈਲ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਮਤਿ ਉੱਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਮੂਏ ਹੂਏ ਜਉ ਮੁਕਤਿ ਦੇਹੁਗੇ ਮੁਕਤਿ ਨ ਜਾਨੈ ਕੋਇਲਾ॥ *(ਮਲਾਰ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 1292)*
2. ਨਾਨਕ ਜੀਵਤਿਆ ਮਰਿ ਰਹੀਐ ਐਸਾ ਜੋਗੁ ਕਮਾਈਐ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 730)*
3. ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋ ਆਖੀਐ ਮਰਿ ਜੀਵੈ ਮਰੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 449)*
4. ਸੰਤਸੰਗਤਿ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ਭਇਆ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਏ ਰਾਮ॥
   ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਦ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਭਏ ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਮਿ ਲਿਵ ਲਾਏ ਰਾਮ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 771)*
5. ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਇ॥ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਹਰਿ ਪਾਵੈ ਸੋਇ॥
   ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਮਤਿ ਊਤਮ ਹੋਇ॥ ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵੈ ਸੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 161)*

15.3.2 ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ - 2

ਜੇ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਇਰਾਦੇ ਤਿਆਗ ਕੇ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਦੀ ਸੋਝੀ ਵਿਚ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਪ੍ਰਾਣੀ ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਓ ਵੇਖੀਏ, ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸ਼ੁੱਧ ਆਤਮਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਭਰਮ ਮਿਟ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਆਦਿ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਏਕੀਕਰਣ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਰਹਿੰਦਾ ਤਾਂ ਹੈ, ਪਰ ਅਕਾਂਖਿਆ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੁਣ ਸੁਭਾਵਕੀ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਸੰਸਾਰ ਵੱਲ ਉਸ ਦਾ ਅਗ੍ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਅਲਿਪਤ ਹੋ ਕੇ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਹਿੱਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਸੁੱਖ ਤੇ ਦੁੱਖ, ਹਰਖ ਤੇ ਸੋਗ, ਸੋਨਾ ਤੇ ਮਿੱਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ, ਮਾਨ ਤੇ ਅਪਮਾਨ, ਆਪਣੇ ਤੇ ਪਰਾਏ ਸਭ ਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁੱਧ ਆਤਮਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਉਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਇਉਂ ਦੱਸਦੇ ਹਨ:

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਆਤਮ ਹਿਤਾਵੈ॥ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋਊ ਕਹਾਵੈ॥
ਤੈਸਾ ਹਰਖੁ ਤੈਸਾ ਉਸੁ ਸੋਗੁ॥ ਸਦਾ ਅਨੰਦੁ ਤਹ ਨਹੀ ਬਿਓਗੁ॥
ਤੈਸਾ ਸੁਵਰਨੁ ਤੈਸੀ ਉਸੁ ਮਾਟੀ॥ ਤੈਸਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤੈਸੀ ਬਿਖੁ ਖਾਟੀ॥
ਤੈਸਾ ਮਾਨੁ ਤੈਸਾ ਅਭਿਮਾਨੁ॥ ਤੈਸਾ ਰੰਕੁ ਤੈਸਾ ਰਾਜਾਨੁ॥
ਜੋ ਵਰਤਾਏ ਸਾਈ ਜੁਗਤਿ॥ ਨਾਨਕ ਓਹੁ ਪੁਰਖੁ ਕਹੀਐ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ॥

(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 275)

ਹੁਣ ਉਹ ਸਾਖੀ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ—ਕੇਵਲ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਹੋ ਕੇ। ਉਹ ਆਪ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਪਰ ਅਕਰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਰਤਾਪਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਲਈ ਕਰਤਾ ਕੇਵਲ ਕਰਤਾਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਦੀ ਕਠਪੁਤਲੀ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।[1] ਰਾਗ ਦ੍ਵੈਖ ਉਸ ਦੇ ਮਿਟ ਚੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜਗਤ ਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਕ ਬਾਹਰ ਦਾ ਜਗਤ, ਦੂਜਾ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਜਗਤ, ਤੀਜੇ ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਜਗਤ ਤੇ ਚੌਥੇ ਆਤਮਾ ਦਾ ਜਗਤ। ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨਾਂ ਜਗਤਾਂ ਨੂੰ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੰਢਦਾ ਨਹੀਂ। ਰਹਿੰਦਾ ਚੌਥੇ ਜਗਤ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਖੀ ਹੋਣ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਹੈ।

ਉਸ ਦਾ 'ਆਪਾ, ਪਰ ਕਾ' ਮਿਟ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਉਹ ਹਰਥੇ, ਹਰੇਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ[2] ਤੇ ਸਭ ਕੁਝ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੋ ਰਿਹਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਕਾਠ ਕੀ ਪੁਤਰੀ ਕਹਾ ਕਰੈ ਬਪੁਰੀ ਖਿਲਾਵਨਹਾਰੋ ਜਾਨੈ॥
ਜੈਸਾ ਭੇਖੁ ਕਰਾਵੈ ਬਾਜੀਗਰੁ ਓਹੁ ਤੈਸੋ ਹੀ ਸਾਜੁ ਆਨੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 206)*
2. ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1375)*

15.4.1 ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਉਪਰਾਂਤ - 1

ਮੁਕਤ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਾਣੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਗਤੀਮਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਕਰਮ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਚਰਮ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਰਾਜ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਚਰਮ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਮੁਕਤੀ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂਦੇਵ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਤੁੱਛ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਜਦ ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਰਾਜੁ ਨ ਚਾਹਉ ਮੁਕਤਿ ਨ ਚਾਹਉ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਚਰਨ ਕਮਲਾਰੇ ॥

(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 534)

ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਸਮਾਏ ਰਹਿਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਮੁਕਤੀ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਉਪਰ ਹੈ।

ਜੋ ਮੁਕਤਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਸਦੇਹ ਹੈ, ਭਾਵ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤ ਹੈ, ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਤਾਂ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਢੱਬ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਸ ਦੀ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਨਾਲੋਂ ਤਦਾਮਿਕਤਾ ਉਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਦੇਹ ਅਭਿਮਾਨ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਹ 'ਮੈਂ', 'ਮੇਰਾ' ਪਦ ਵਰਤਦਾ ਤਾਂ ਹੈ ਪਰ ਕੇਵਲ ਵਿਆਕਰਣ ਦੇ ਪੜਨਾਂਵ ਵਾਂਗ, 'ਹਉਮੈ' ਦੇ ਸੰਕੇਤਕ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਸਮਝ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਾ ਸਰੀਰ ਹੈ, ਨਾ ਮਨ। ਉਹ ਸ਼ੁੱਧ ਆਤਮਾ ਹੈ।

ਇਹ ਆਤਮਾ ਉਸ ਦੀ 'ਮੇਰੀ ਆਤਮਾ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਦੋ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਇਕ ਤਾਂ 'ਮੇਰੀ' ਕਹਿਣ ਵਾਲੀ ਹਉਮੈ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਤਮਾ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਤਦਾਮਿਕਤਾ ਉਸ ਆਤਮਾ, ਉਸ ਜੋਤਿ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 921)

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 441)*

ਮਨ ਇਕ ਪਾਸੇ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਥੋਂ ਉਹ ਸੁਰਤਿ (=ਚੇਤਨਾ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਹ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨਾਲ, ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਗਿਆਨ ਵੱਸ ਹੋ ਕੇ। ਹੁਣ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਾਰਕ ਚੱਕਰ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਆਤਮਾ ਹੈ। ਹਰ ਚੱਕਰ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਅਚੱਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਵੇਂ ਹੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਕੇਂਦਰ, ਆਤਮਾ, ਸ਼ਾਂਤ ਤੇ ਅਹਿਲ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਥੂਲ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਅਚੱਲ ਹੈ ਤੇ ਸੂਖਮ ਹੈ।

ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਸਾਧਕ, ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਭਿੰਨਤਾ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਸਗੋਂ ਅਨੇਕਤਾ ਅੰਦਰ ਏਕਤਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ।

ਦੁਖਦਾਇਕ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਭੋਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੁੱਖ ਮਨਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭੈ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਦਾ, ਉਹ ਤਾਂ ਅਭੈ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ।

15.4.2 ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਉਪਰਾਂਤ - 2

ਜਦ ਗੁਮਰਾਹ ਹੋਈ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਹਿੱਤ ਪਿਆਰਵਾਨ ਪ੍ਰਭੂ ਕਿਸੇ ਅਤਿ ਪਿਆਰੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਤਮਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਪੰਥ ਚਲਾਉਣ ਹਿੱਤ ਆਪਣਾ ਸਭ ਕੁਝ ਵਾਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਸਦੇਹ ਮੁਕਤੇ ਦੀ ਮੁਕਤੀ ਉਪਰਾਂਤ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਵਿਦੇਹ ਮੁਕਤੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਵਿਦੇਹ ਮੁਕਤ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਚੋਲਾ ਤਿਆਗ ਗਏ ਹਨ। ਜੋ ਮੁਕਤੀ ਨੂੰ ਹੀ ਚਰਮ ਸੀਮਾ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਚਰਮ ਸੀਮਾ ਮੁਕਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਪਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਰਉਪਕਾਰ ਹਿੱਤ ਦੁਬਾਰੇ ਜਨਮ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੁ ਅਗਿਆਨ ਵੱਸ ਹੋਈ ਦੁੱਖ ਦਰਦ ਹੰਢਾਉਂਦੀ ਲੋਕਾਈ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਕਰ ਸਕਣ।

ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਹਹੂ ਮਹਿ ਨਾਹੀ ਜਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਆਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 749)*

ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਲਿਆਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ:

ਜੀਅ ਦਾਨੁ ਦੇ ਭਗਤੀ ਲਾਇਨਿ ਹਰਿ ਸਿਉ ਲੈਨਿ ਮਿਲਾਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 749)*

ਪਰ ਕੁਝ ਆਤਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਲੈਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਇਹ ਮਹਾਨ ਆਤਮਾਵਾਂ ਉਸ ਪ੍ਰੇਮਾਨੰਦ 'ਚੋਂ ਵਾਂਞੀਆਂ ਹੋਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ, ਪਰ ਆਦੇਸ਼ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਜਨਮ ਲੈਣ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਬਚਿੱਤ੍ਰ ਨਾਟਕ ਵਿਚ ਇਉਂ ਕੀਤਾ ਹੈ:

ਚਿਤ ਨ ਭਯੋ ਹਮਰੋ ਆਵਨ ਕਹ॥
ਚੁਭੀ ਰਹੀ ਸ੍ਰੁਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਚਰਨਨ ਮਹ॥
ਜਿਉ ਤਿਉ ਪ੍ਰਭ ਹਮ ਕੋ ਸਮਝਾਯੋ॥
ਇਮ ਕਹਿ ਕੈ ਇਹ ਲੋਕ ਪਠਾਯੋ॥੫॥...
ਮੈ ਅਪਨਾ ਸੁਤ ਤੋਹਿ ਨਿਵਾਜਾ॥
ਪੰਥ ਪ੍ਰਚੁਰ ਕਰਬੇ ਕਹੁ ਸਾਜਾ॥
ਜਾਹਿ ਤਹਾਂ ਤੈ ਧਰਮੁ ਚਲਾਇ॥
ਕਬੁਧਿ ਕਰਨ ਤੇ ਲੋਕ ਹਟਾਇ॥੨੯॥...
ਠਾਢ ਭਯੋ ਮੈ ਜੋਰਿ ਕਰ ਬਚਨ ਕਹਾ ਸਿਰ ਨਿਆਇ॥
ਪੰਥ ਚਲੈ ਤਬ ਜਗਤ ਮੈ ਜਬ ਤੁਮ ਕਰਹੁ ਸਹਾਇ॥੩੦॥...
ਇਹ ਕਾਰਨਿ ਪ੍ਰਭ ਮੋਹਿ ਪਠਾਯੋ॥
ਤਬ ਮੈ ਜਗਤ ਜਨਮੁ ਧਰਿ ਆਯੋ॥੩੧॥ *(ਬਚਿੱਤ੍ਰ ਨਾਟਕ)*

16.0 ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ - 1

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਗ਼ਲਤ ਕੇਵਲ ਉੱਤਰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

16.1.1 ਜਿਗਿਆਸਾ - 1

ਜਿਗਿਆਸਾ ਨਾਮ ਹੈ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਅਭਿਲਾਖਾ ਦਾ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਅਗਿਆਨ ਦੇ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਗਿਆਨ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਿਗਿਆਸਾ ਉਪਜਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ।[1] ਜੇ ਸੰਪੂਰਨ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਿਗਿਆਸਾ ਦੀ ਤਿਖਾ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅਗਿਆਨ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਜਗਿਆਸਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਜਦ ਇਹ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਤਲਬ ਜਾਗ ਉਠਦੀ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ ਸਾਡੀ ਤਿਖਾ ਤੇ ਆਤਮ-ਗਿਆਨ ਦੇ ਸਾਡੇ ਸਰੋਵਰ ਵਿਚਾਲੇ ਦੁਬਿਧਾ ਦੀ ਕੰਧ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਤਿਖਾ ਮਿਟਦੀ ਨਹੀਂ।[2] ਦਰਅਸਲ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਹੀ ਯਥਾਰਥ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਭਾਲਣ, ਜੋੜਨ-ਸੰਭਾਲਣ ਵਿਚ ਉਮਰ ਬਿਤਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[3] ਐਸੇ ਅਗਿਆਨੀ ਕਈ ਕਰੋੜਾਂ ਹਨ।[4]

ਇਆਣਪ (ਮਾਸੂਮੀ) ਤੇ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਅੰਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਆਣਪ ਅਨਘੜੀ ਬੁੱਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮਾਸੂਮ ਅਥਵਾ ਪਾਪ-ਰਹਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਅਧਘੜੀ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰੇ, ਉਹ ਬੜੀ ਵਾਰ ਸਿਰੇ ਨਹੀਂ ਚੜ੍ਹਦਾ।[5] ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਅਗਿਆਨੀ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ। ਅਗਿਆਨੀ ਤਾਂ ਦੂਈ ਦੇ ਪੜਦੇ ਕਾਰਨ ਸੱਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[6]

ਪਰ ਜਦ ਜਿਗਿਆਸਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੁਰਤ ਬਾਹਰੋਂ ਪਰਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਵੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਆਪੇ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜੇ ਅੰਦਰ ਲਿਵ ਲੱਗ ਜਾਏ ਤਾਂ ਆਪੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੈ ਤੇ ਇਹੋ ਤਤੁ ਗਿਆਨ ਹੈ।[7] ਇਥੇ ਅੱਪੜ ਕੇ ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੂਰਨ ਗਿਆਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਜਿਗਿਆਸਾ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[8]

---

1. ਅੰਧੁ ਅਗਿਆਨੀ ਕਦੇ ਨ ਸੀਝੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 160)*
2. ਤਿਖਾ ਤਿਹਾਇਆ ਕਿਉ ਲਹੈ ਜਾ ਸਰ ਭੀਤਰਿ ਪਾਲਿ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 557)*
3. ਅਗਿਆਨੀ ਮਾਨੁਖੁ ਭਇਆ ਜੋ ਨਾਹੀ ਸੋ ਲੋਰੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 212)*
4. ਕਈ ਕੋਟਿ ਅੰਧ ਅਗਿਆਨੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 275)*
5. ਹੋਇ ਇਆਣਾ ਕਰੇ ਕੰਮੁ ਆਣਿ ਨ ਸਕੈ ਰਾਸਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 474)*
6. ਅੰਤਰਿ ਅਗਿਆਨ ਦੁਖੁ ਭਰਮੁ ਹੈ ਵਿਚਿ ਪੜਦਾ ਦੂਰਿ ਪਈਆਸਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 40)*
7. ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਗਿਆਨੀ ਕੈਸਾ ਹੋਇ॥ ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ਬੂਝੈ ਸੋਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 25)*
8. ਮਿਟੀ ਤਿਆਸ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧੇਰੇ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 387)*

16.1.2 ਜਿਗਿਆਸਾ - 2

ਗਿਆਨ ਦੇ ਮੰਦਰ ਦਾ ਇਕ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਜਿਗਿਆਸਾ ਹੈ।

ਜਿਗਿਆਸਾ ਜਾਗਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਗਿਆਨ ਦੀ ਪਕੜ ਢਿੱਲੀ ਪੈਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜਿਗਿਆਸਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਤਲਾਸ਼ਦੀ ਹੈ—ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ, ਕਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ ਜੋ ਹਕੀਕਤ ਨਾਲ ਆਸ਼ਨਾ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੋਣ।[1]

ਸੱਚ ਕਦੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਉਠਾਉਂਦਾ। ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਸਾਰੇ ਅਸੱਚ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਸੱਚ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਸੱਚ ਦਾ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਸੇ ਬਾਰੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ—ਜੋ ਸੱਚ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚ ਹੋ ਕੇ ਹੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਅਗਿਆਨ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਖਲੋ ਕੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਹਾਕਾਂ ਮਾਰਦੀ ਜਿਗਿਆਸਾ ਹੀ ਅਸੱਚ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਅਜੀਬ ਆਦਤ ਹੈ, ਉਹ ਜਦ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸੋਚਣੀ ਨੂੰ ਹੀ ਅੱਗੇ ਵਧਾਈ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਉਹ ਇਕੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੋਚਣੀ ਨਾਲ ਚੰਬੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਕੀਤਿਆਂ ਵਿਚਾਰੀ ਜਿਗਿਆਸਾ ਔਝੜੇ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਮਹਾਤਮਾ ਬੁੱਧ ਚੌਦਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਕੇਵਲ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਦੇਂਦੇ ਸਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਕਾਰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਾਲ ਹੀ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ।

ਜਿਗਿਆਸਾ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਵਿਸਮਾਦਜਨਕ ਵੀ। ਇਹ ਨਵੀਆਂ ਹੈਰਤਾਂ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਵੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰੱਬ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਸੰਬੰਧ ਸੰਵਾਰਦੀ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਆਸ਼ਨਾਈ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਜਿਗਿਆਸਾ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਇਜ਼ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੈ—ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਕੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਦਾ ਮਾਰਗ ਕੀ ਹੈ ? ਜੇਕਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਸੱਚ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਰਸਤਾ ਕੀ ਹੈ ?

ਆਪਣੀ ਜਿਗਿਆਸਾ ਨੂੰ ਜਗਾਈ ਰੱਖੀਏ। ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੰਧ ਦਾ ਦੀਪਕ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਠੀਕ ਸੇਧ ਲੱਭ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਹੀ ਵਰੋਸਾਏ ਅਸੀਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਉਸ ਰਾਹ 'ਤੇ ਤੁਰੀ ਜਾਣ ਦਾ ਸਾਹਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਰਿਆਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤਕ ਦਾ ਰਾਹ ਬਿਖੜਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਰੌਚਿਕ ਵੀ ਬੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਹਉ ਜਾਇ ਪੁਛਾ ਅਪਨੇ ਸਤਗੁਰੈ ਗੁਰ ਪੁਛਿ ਮਨੁ ਮੁਗਧੁ ਸਮਝਾਵਾ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 561)*

16.2 ਜਿਗਿਆਸੂ ਤੇ ਸਾਧਕ ਦਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ

ਜਿਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਸੁੱਛ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਲਈ
ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚਿਹਰਾ ਦਿਖਾਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਸੁਘੜ ਜਿਗਿਆਸੂ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਦਾ ਅਭਿਲਾਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਜਾਣਨ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਖੋਜ-ਪੜਤਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਨੋਬਲ ਨੂੰ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਧਨਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਮਨੋਬਲ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਾਧਨਾ ਨੂੰ ਨੇਮ-ਬੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨੇਮ-ਬੱਧ ਹੋਈ ਸਾਧਨਾ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸੱਚਾ ਸਾਧਕ ਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦਾ ਹਰੇਕ ਪੱਖ ਸੰਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਚੇਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਸਾਵਧਾਨ ਵੀ ਤੇ ਸੋਘਵਾਨ ਵੀ। ਉਸ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਬੜੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਬੜੇ ਸਾਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ—ਨਿਸ਼ਕਪਟ, ਨਿਹਕਲੰਕ, ਹਰ ਚਾਤੁਰੀ ਚਾਲਾਕੀ ਤੋਂ ਪਾਕ! ਅੰਦਰੋਂ ਬਾਹਰੋਂ ਇਕ ਹੋਣ ਕਾਰਨ, ਉਸ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਦਾ ਉਹੋ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਕੂਟ-ਨੀਤੀ ਦੀ ਲੇਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਕੂਟ-ਨੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵਰਤਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਹੇ ਹੋਏ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮਾਂ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਨਿਡਰ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਪਰਿਣਾਮ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਨਹੀਂ; ਤਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਨਿਪਟ ਨਿਰਭੈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਦਿਲ ਸ਼ੇਰ ਵਰਗਾ, ਜਾਨ ਹਾਥੀ ਵਰਗੀ, ਤਕੜਾਈ ਸਾਗਵਾਨ ਵਰਗੀ ਤੇ ਸੁੱਛਤਾ ਹਿਮਾਲੇ ਦੀ ਬਰਫ਼ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਦੁਸ਼ਟ ਅਹੰਕਰਣ ਨੂੰ ਦੇਸ ਬਦਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਉਪਜੀਆਂ ਸਮਸਤ ਬਾਗ਼ੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀਆਂ ਤੇ ਝਗੜਾਲੂ ਰੁਚੀਆਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੋ, ਉਹ ਸ਼ਾਂਤ, ਸੁਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਤੇ ਇਕਾਗਰ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਉਸ ਦਾ ਸਾਧਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸੰਪੰਨ ਹੋਇਆ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜਾਗਤੁ ਜਾਗਿ ਰਹੈ ਲਿਵ ਲਾਇ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 840)*
2. ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*

16.3 ਗਿਆਨ

ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਆਤਮ-ਰੁਚਿਤ ਸਾਧਕ ਦਾ ਨਸੀਬਾ ਹੈ। ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਕੋਈ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਜੇ ਸ੍ਰੋਤੇ ਕੰਨੋਂ ਬੋਲ਼ੇ ਹੋਣ।

ਗਿਆਨੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਜਾਣਨ ਵਾਲਾ', ਗਿਆਤਾ। ਗਿਆਤਾ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਆਤਮ-ਗਿਆਨ ਦਾ।[1] ਜੋ ਸਾਧਕ ਵੀ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਹੋਇਆ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਉਸ ਨੂੰ ਜੋ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਕੀ ਅੰਦਰ ਤੇ ਕੀ ਬਾਹਰ, ਕੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਕੀ ਜੋ ਹੁਣ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਕੀ ਜੋ ਅਜੇ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਸਭ ਉਸ ਦੇ ਗਿਆਨ-ਪਟ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਇਆ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਉਸ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਡਰਨਾ ਕਿਸ ਤੋਂ ਤੇ ਡਰਾਉਣਾ ਕਿਸ ਨੂੰ ?[2]

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਤਾਂ ਪਿਆਰ ਦੀਆਂ ਝਰਨਾਟਾਂ ਫੁਟਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਬੜੇ ਫ਼ਾਸਲੇ ਤੈਅ ਕਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮੋਤੀਏ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਹਵਾ ਵਿਚ ਫੈਲੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਗਿਰਦ ਤਾਂ ਇਕ ਆਤਮਕ ਹਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਅਚਿੰਤੇ ਹੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵੀ ਨਿਰਮਲ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਹਾਸਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸ਼ਕਤੀ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਤਨਾ ਕੁਝ ਕੇਵਲ ਤੇ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸੰਗ ਨਾਲ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਪਰਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਉਸ ਦੇ ਸੰਗ ਨਾਲ ਇਕ ਨਹੀਂ ਕਰੋੜਾਂ ਹੀ ਪਤਿਤਾਂ ਦਾ ਉੱਧਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

ਉਸ ਨੂੰ ਮਲੂਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੀ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਲੁਕਿਆ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ। ਉਹ ਸਰਬ-ਗਿਆਤਾ ਤੇ ਤ੍ਰੈਕਾਲ-ਦਰਸ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6] ਉਸ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਸਭ ਫਲ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਦੇ ਉਸ ਨੂੰ 'ਸਫਲ-ਦਰਸ਼ਨ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਐਸਾ ਸਫਲ ਦਰਸ਼ਨ ਜਦ ਕਿਸੇ ਵੱਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[7] ਇਹ ਆਤਮ-ਗਿਆਨੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ। ਆਤਮ-ਗਿਆਨੀ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ-ਗਿਆਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਆਪੁ ਬੀਚਾਰੇ ਸੁ ਗਿਆਨੀ ਹੋਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 152)*
2. ਭੈ ਕਾਹੂ ਕਉ ਦੇਤ ਨਹਿ ਨਹਿ ਭੈ ਮਾਨਤ ਆਨ ॥
   ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਗਿਆਨੀ ਤਾਹਿ ਬਖਾਨਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1427)*
3. ਜਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 863)*
4. ਜਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਰਿਦੈ ਪਰਗਾਸ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 863)*
5. ਕੋਟਿ ਪਤਿਤ ਜਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਉਧਾਰ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 863)*
6. ਸਰਬ ਜੀਆਂ ਕਾ ਜਾਨੈ ਭੇਉ॥ *(ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 863)*
7. ਸਫਲ ਦਰਸਨੁ ਪੇਖਤ ਪੁਨੀਤ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 287)*

16.4 ਧਿਆਨ ਤੇ ਸਮਾਧੀ

ਕੋਈ ਵੀ ਧਰਮਸਾਲ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁੱਛ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

16.4.1 ਧਿਆਨ - 1

ਮਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਹੋੜ ਕੇ ਕਿਸੇ ਇਕ ਨੁਕਤੇ ਉਪਰ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਧਿਆਨ, ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਵੀ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਧਿਆਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਅਥਵਾ ਅੰਤਰਧਿਆਨੀ ਹੋਣ ਦੀ ਹੀ ਮਹੱਤਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਤੋਂ ਮੁਰਾਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਧਿਏਯ ਧਾਰ ਕੇ ਉਸ ਉੱਪਰ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਟਿਕਾਉਣਾ ਹੈ।[1] ਐਸੇ ਸਿਮਰਨ (ਚੇਤੇ ਰੱਖਣ) ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਗਲ ਪੂਜਾ-ਸਾਧਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[2] ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਐਸੇ ਧਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਐਸਾ ਧਿਆਨੀ ਜੋ ਕੁਝ, ਜਿਤਨਾ ਕੁਝ, ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਸ ਦੇ ਧਿਆਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[3]

ਧਿਆਨ ਦੇ ਨਿਤਾ-ਪ੍ਰਤਿ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ ਮਨ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਕਾਗਰਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਇਕਾਗਰਤਾ ਨਾਲ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰੋਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉਮਾਹ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਪਰਮ-ਪੁਰਖ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਵੱਲ ਖਿਚੀਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।[4] ਤਦ ਜੇ ਕੋਈ ਸੰਸੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਨਿਵਿਰਤ ਹੁੰਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਾਧਕ ਧਿਆਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਗਲਾ ਰਸਤਾ ਸਾਫ਼ ਹੁੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਕਿਥੇ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਟਿਕਾਉਣਾ ਹੈ। ਅੰਦਰੋਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਕੋਈ ਰਹੱਸਮਈ ਹਿਦਾਇਤ ਉਸ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਧਿਆਨ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨ ਟੁੱਟਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।[5] ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋਇਆ ਧਿਆਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ (ਧਿਏਯ) ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਤਦ ਇਕ ਸਹਿਜ-ਧੁਨੀ ਅੰਦਰੋਂ ਉਪਜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਵਰਤਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫੇਰ ਸਾਧਕ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਧਿਆਨ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ।[6]

---

1. ਧਿਆਨ ਧਰੋ ਤਿਹ ਕੋ ਮਨ ਮੈ ਜਿਹ ਕੋ ਅਮਿਤੋਜਿ ਸਭੈ ਜਗੁ ਛਾਇਓ॥ *(ਅਕਾਲ ਉਸਤਤ 250:4)*
2. ਕੋਟਿ ਪੂਜਾ ਜਾ ਕੈ ਹੈ ਧਿਆਨ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 238)*
3. ਜੇਤਾ ਪੇਖਨੁ ਤੇਤਾ ਧਿਆਨੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 236)*
4. ਹਿਰਦੇ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ਗਿਆਨ ਗੁਰ ਗੰਮਿਤ ਗਗਨ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਧਿਆਨਾਨਾਂ॥
   ਬਿਖੈ ਰੋਗ ਭੈ ਬੰਧਨ ਭਾਗੇ ਮਨ ਨਿਜ ਘਰਿ ਸੁਖੁ ਜਾਨਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 339)*
5. ਬੰਧਨ ਤੋਰੇ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 416)*
6. ਸੋ ਧਿਆਨੁ ਧਰਹੁ ਜਿ ਬਹੁਰਿ ਨ ਧਰਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 327)*

16.4.2 ਧਿਆਨ - 2 (ਸਹਾਇਕ ਸਾਧਨ)

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਮੱਖੀਆਂ ਦੇ ਭਿਣਕਣ ਜਾਂ ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਖੜਾਕੇ ਵੱਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਜਿਤਨੀਆਂ ਘਟਾ ਸਕੀਏ, ਘਟਾਈਏ। ਇੱਛਾਵਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦੀ ਲਗਾਮ ਕੱਸ ਕੇ ਪਕੜ ਲਈਏ। ਦੁਨੀਆਂਦਾਰੀ ਦੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕੇ ਵਿਚ ਵੱਸਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੀਏ। ਬੋਲੀਏ ਸੰਕੋਚ ਨਾਲ। ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਦਾ ਰਸ ਲਈਏ। ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਬਿਬੇਕ ਵਰਤੀਏ। ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬੇਕਾਬੂ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇਈਏ। ਕ੍ਰੋਧ ਚੰਡਾਲ ਨੂੰ ਲੋਰੀ ਦੇ ਕੇ ਸੁਆਲ ਦੇਈਏ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਕਤਾਂ, ਮਨਮਤੀਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਰਹੀਏ।[1] ਹਥਲੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖੀਏ, ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਭ ਕੰਮ ਸਾਰ ਦੇਵੇਗਾ।[2] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰੀਏ, ਫਿਰ ਵੇਖੀਏ ਧਿਆਨ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਬੈਠਣ ਦਾ ਨੇਮ ਨਾ ਖੁੰਝਾਈਏ। ਧਿਆਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜਿਤਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਵਧਾਈ ਜਾਈਏ। ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਗੁਰੂ-ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਨੇ, ਸੁਣਨੇ ਜਾਂ ਗਾਉਣੇ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਦਇਆ ਤੇ ਕਰੁਣਾ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਰੱਖੀਏ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲੀਏ, ਫਿੱਕਾ ਬੋਲ ਕੇ ਕੋਈ ਦਿਲ ਨਾ ਦੁਖਾਈਏ। ਸਭ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਓ ਕਰੀਏ। ਪ੍ਰੇਮ, ਪ੍ਰੀਤ ਭਗਤੀ ਦੇ ਭਾਵ ਧਾਰਨ ਕਰੀਏ।[4] ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰੀਏ। ਇਹ ਸਭ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਧਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰੀਏ। ਜੇ ਇਥੋਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਵੀ ਵਧਾਂਗੇ—ਇਹ ਆਸ ਜਿਊਂਦੀ ਰੱਖੀਏ। ਜਿਊਂਦੇ-ਜੀ ਪਰਮਗਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਢਿੱਲੀ ਨਾ ਪੈਣ ਦੇਈਏ।

ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਜਦ ਧਿਆਨ ਨਾ ਵੀ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਜੇ ਨੇਮ ਨਾ ਛੋੜੀਏ ਤਾਂ ਉਦੋਂ ਵੀ ਕੁਝ ਉੱਨਤੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪਤਾ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਸਭ ਰਾਤਾਂ ਚਾਨਣੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਹਨੇਰੀਆਂ ਰਾਤਾਂ ਵੀ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਸਾ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਬਲਵਾਨ ਰੱਖੀਏ। ਬੱਦਲ ਆਉਣ ਵੀ ਤਾਂ ਖਿੰਡ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰੀ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਵਿਸਾਹ ਵਿਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

---

1. ਸਾਕਤ ਸੰਗੁ ਨ ਕੀਜੀਐ ਜਾ ਤੇ ਹੋਇ ਬਿਨਾਹੁ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 1369)*
2. ਨਾਨਕ ਚਿੰਤਾ ਮਤਿ ਕਰਹੁ ਚਿੰਤਾ ਤਿਸ ਹੀ ਹੇਇ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਮਹਲਾ ੨, ਪੰਨਾ 955)*
3. ਇਕੁ ਫਿਕਾ ਨ ਗਾਲਾਇ ਸਭਨਾ ਮੈ ਸਚਾ ਧਣੀ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1384)*
4. ਪ੍ਰੇਮ ਪ੍ਰੀਤਿ ਭਾਇ ਭਗਤੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰਿ ਬੂਝ ਬੁਝਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 245)*

16.4.3 ਧਿਆਨ - 3 (ਲਾਭ)

ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਨਦੀ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਵਹਾ ਧਿਆਨ ਦੀ ਸੁੰਨ ਵਿਚ ਅਪੜ ਕੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਧਿਆਨ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਸੁਖਾਵਾਂ, ਸੁਭਾ ਖ਼ੁਸ਼ਦਿਲ ਤੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਠੰਢ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[1] ਲਹਿਰਾਉਂਦੇ ਤੇ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦੇ ਭਾਵ ਤੇ ਅਨੁਭਾਵ ਸ਼ਾਂਤ, ਨਿੱਸਲ ਤੇ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਹੋਏ ਭਾਸਦੇ ਹਨ। ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਮੌਨ ਤੇ ਨਿਰਮਲ ਹੋਈਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਸਸ਼ਕਤ ਤੇ ਸੂੱਛ ਹੁੰਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਵਰਤਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਅਸਲੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਹੁੰਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਜਿਹੜਾ ਸਾਧਕ ਵੀ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਨੇਮ ਪਾਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਅਸੀਮ ਗਹਿਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਬਜਰ ਕਿਵਾੜ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[2] ਹੁਣ ਜਦ ਉਹ ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਰਥਾਂ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਤੈਹਾਂ, ਅਨੁਭਵ ਆਸਰੇ, ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਹੜੇ ਪਦੇ ਜਾਂ ਸਲੋਕ ਤੋਤੇ ਵਾਂਗ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਹੁਣ ਇਉਂ ਪਕੜ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਿਲਕੁਲ ਹਿੱਲਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ। ਮੁੜ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਦੁਹਰਾਓ ਵਿੱਚੋਂ ਨਵੇਂ ਨਵੇਂ ਰਹੱਸ ਉਘੜਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਅਚੰਭਿਆਂ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਆਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਅੱਖਰ ਅੱਖਰ ਵਿਸਮਾਦ ਆ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮੁਹਾਂਦਰੇ ਲਿਸ਼ਕਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਹੈਰਤ ਵਿਚ ਆਇਆ ਮਨ, "ਅਸਚਰਜ ! ਅਸਚਰਜ !, ਵਾਹ ! ਵਾਹ !", ਦੀ ਧੁਨੀ ਲਗਾਈ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਧਿਆਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ ਚਿੱਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤਤ ਛਿਨ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਵਿਛੋੜੇ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਗੇੜ, ਸਦਾ ਲਈ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਅੰਤ ਧਿਆਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਉਸ ਨਾਲ, ਜਿਸ ਦਾ ਉਹ ਧਿਆਨ ਧਰਦਾ ਹੈ, ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸਲੋਂ ਸੰਪੂਰਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ :

ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਰਲੀ ਸੰਪੂਰਨੁ ਥੀਆ ਰਾਮ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 846)*

---

1. ਤਨੁ ਸੀਤਲੁ ਮਨੁ ਸੀਤਲੁ ਥੀਆ ਸਤਗੁਰ ਸਬਦਿ ਸਮਾਇਆ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 215)*
2. ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਗੁਰਿ ਖੋਲੇ ਕਪਾਟ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 188)*
3. ਏਕ ਚਿਤ ਜਿਹ ਇਕ ਛਿਨ ਧਿਆਇਓ, ਕਾਲ ਫਾਸ ਕੇ ਬੀਚ ਨ ਆਇਓ॥ *(ਸਵੱਯੇ ਪਾ. ੧੦)*

16.5.1 ਸਮਾਧੀ - 1

ਸਮਾਧੀ ਦੀ ਜੁਗਤ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਦਰ ਬਾਝੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਸਮਾਧੀ, ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਰੂਹਾਨੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਹ ਧਿਆਨ-ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਸਿਖਰ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਭ ਕੁਝ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਆਪੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਰਹਿਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਅਸਲ ਨਿਰਮਲ, ਨਿਹਕੇਵਲ ਚੇਤਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਹਾਂ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਤਕ ਅਪੜਨਾ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਹਵਾਈ ਕਿਲ੍ਹੇ ਬਣਾ ਕੇ, ਫੋਕੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਖੁੱਭ ਕੇ ਜਾਂ ਬਗਲ ਸਮਾਧੀ[1] ਲਗਾ ਕੇ ਇਹ ਕਦਾਚਿਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਨਾ ਹੀ ਕੱਚ-ਉਮਰੇ ਉਮਾਹ ਜਾਂ ਵਕਤੀ ਜੋਸ਼ ਨਾਲ। ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਮਨ ਬਣਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਫ਼ੈਸਲੇ ਉਪਰ ਪੱਕਿਆਂ ਰਹਿਣ ਦੀ ਨੀਅਤ ਧਾਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਿਰਮਲ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਵਰਤਣਾ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਣਾ, ਦਇਆਵਾਨ ਹੋਣਾ ਤੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਵਿਹਾਜਣ[2] ਤੇ ਅਉਗੁਣ ਮਿਟਾਉਣ ਵਿਚ ਰੁਚਿਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਹੀ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗਣ ਨਾਲ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਧਨਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਪੂਰਨ ਘਾਲਨਾ ਨਾਲ, ਨਿਤਾ ਪ੍ਰਤਿ, ਪੂਰਨ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਨਾਲ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉੱਠਣਾ, ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨਾ, ਕਿਸੇ ਇਕਾਂਤ ਅਸਥਾਨ (ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਥੇ ਹੀ) ਸਹਿਜ-ਆਸਣ ਵਿਚ ਬੈਠਣਾ ਤੇ ਇਕ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗਣਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਿਚ ਕਾਹਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਤਾਂ ਬੜਾ ਸਹਿਜ-ਰੇੜਕਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ—ਤਦੇ ਹੀ ਤੱਤ ਨਸੀਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[3]

ਸਾਡੀ ਸੰਸਾਰਕ ਹੋਂਦ ਬਲਦੀ ਅੱਗ ਵਾਂਗ ਹੈ, ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਚ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਭਾਲਣ ਦੀ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਧਾਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰਾਹ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰਿ ਜਾਪ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਜੋੜਨ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਅਗਨ-ਸਾਗਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਹੋਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4]

ਐਸੇ ਜਤਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਧਿਆਨ ਡੂੰਘਾ ਹੋ ਸਕੇਗਾ ਤੇ ਸਮਾਧੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜਾਗੇਗੀ। ਪਰ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀ ਘਾਲ ਨਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਮਾਲਕ ਦੀ ਮਿਹਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਚਿੰਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[5]

---

1. ਇਕਿ ਅਪਣੈ ਸੁਆਇ ਆਇ ਬਹਹਿ ਗੁਰ ਆਗੈ ਜਿਉ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧਿ ਲਗਾਈਐ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 881)*
2. ਗੁਣ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਅਉਗਣ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222)*
3. ਹਰਿ ਕਾ ਬਿਲੋਵਨਾ ਬਿਲੋਵਹੁ ਮੇਰੇ ਭਾਈ॥
   ਸਹਜਿ ਬਿਲੋਵਹੁ ਜੈਸੇ ਤਤੁ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 478)*
4. ਅਗਨਿ ਸਾਗਰੁ ਜਪਿ ਉਤਰਹਿ ਪਾਰਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 192)*
5. ਘਾਲ ਨ ਮਿਲਿਓ ਸੇਵ ਨ ਮਿਲਿਓ ਮਿਲਿਓ ਆਇ ਅਚਿੰਤਾ॥
   ਜਾ ਕਉ ਦਇਆ ਕਰੀ ਮੇਰੈ ਠਾਕੁਰਿ ਤਿਨਿ ਗੁਰਹਿ ਕਮਾਨੋ ਮੰਤਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 672)*

16.5.2 ਸਮਾਧੀ - 2 (ਵਿਕਾਸ)

ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥

ਸਮਾਧੀ ਧਿਆਨ ਦਾ ਸਿਖਰ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਆਰੰਭ ਵਿਚ ਬੜਾ ਖਿੰਡਿਆ-ਪੁੰਡਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਆਰੰਭ ਹੋ ਕੇ ਇਕਾਗਰ ਧਿਆਨ ਤਕ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਵਿਆਸ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਜ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਥਾਣੀਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਅਵਸਥਾ ਮਨ ਦੀ *ਕਸ਼ਿਪਤ* ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਬੜਾ ਹੀ ਚੰਚਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਧਰ ਉਧਰ ਭੱਜਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਅਵਸਥਾ *ਮੂੜ੍ਹ* ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਆਪਣੇ ਲਕਸ਼ ਵੱਲੋਂ ਬੇਧਿਆਨਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਉਧਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੀਸਰਾ ਪੜਾਅ *ਵਿਕਸ਼ਿਪਤ* ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਕਦੇ ਕਦੇ ਟਿਕਾਓ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਲਗਾਤਾਰ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਜੇਕਰ ਅਭਿਆਸ ਜਾਰੀ ਰਹੇ ਤਾਂ *ਏਕਾਗਰਤਾ* ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਇਕ ਬਿੰਦੂ 'ਤੇ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਕਾਫ਼ੀ ਚਿਰ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਿਚ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਵਿਆਸ ਨੇ *ਨਿਰੁੱਧ* ਅਵਸਥਾ ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਨਵ-ਨਿਆਇਕਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤਿੰਨ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਮਿਥੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। *ਯੁਮਕ* ਅਵਸਥਾ, ਜਦ ਧਿਆਨ ਟੁੱਟਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। *ਯੁਕਤ* ਅਵਸਥਾ, ਜਦ ਧਿਆਨ, ਘਾਲਨਾ ਤੋਂ ਬਾਦ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੀਸਰੀ *ਵਿਯੁਕਤ* ਅਵਸਥਾ, ਜਦ ਜੁੜਨ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਛੋੜਾ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੋਧੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਨੇ ਤਿੰਨ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਰੂਪੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ *ਕਾਮ* ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜਦ ਮਨ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਤੇ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਰੁੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਜੁੜਨ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀਆਂ। *ਰੂਪ* ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਕਿਸੇ ਰੂਪਾਕਾਰ ਵਸਤੂ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ—ਕਿਸੇ ਮੂਰਤੀ ਉਪਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਉਪਰ। ਅੰਤ ਵਿਚ *ਅਰੂਪ* ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉਪਰ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੇਤਨਾ ਆਪਣੀ ਸੁੰਨਤਾ ਨਾਲ ਪਰਿਚਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਯੋਗ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਤਮ ਅਵਸਥਾ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ : ਸੁੰਨ ਵੀ, ਬ੍ਰਹਮ ਵੀ, ਓਮ ਵੀ, ਆਤਮਾ ਵੀ, ਕੈਵਲਯ ਵੀ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਮਹਾਂ ਆਨੰਦ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ।

ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਆਨੰਦ-ਹੋਂਦ ਦਾ ਸੁਆਦ ਕਦੇ ਕਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਮਾਇਆਵੀ ਹੋਂਦ ਨਾਲੋਂ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਉਹ *ਸਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ* ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਦੋ ਸਾਲ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਬਾਦ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਕਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇ। ਸਭ ਕੁਝ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸਾਜ਼ ਹਾਂ ਜੋ ਵਜਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਖ਼ਿਆਲ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਿਉਂ ਵੀ ਆਉਣ, ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚਦੇ ਨਹੀਂ। ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਾਰੇ ਵਖੇਵੇਂ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੇਵਲ ਇੱਕੋ ਹੋਂਦ, ਅੰਦਰ ਵੀ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵੀ, ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ। ਅੰਤ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਦਾ ਵਖੇਵਾਂ ਵੀ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰ-ਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਕਾਇਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

16.6.1 ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸਮਾਧੀ - 1

ਸਹਜਿ ਸਾਲਾਹੀ ਸਦਾ ਸਦਾ ਸਹਜਿ ਸਮਾਧਿ ਲਗਾਇ॥

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਅਸਲ ਸਮਾਧੀ 'ਸਹਜ ਸਮਾਧੀ' ਨੂੰ ਹੀ ਪਰਵਾਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਵੇਦਾਂਤ ਦੀ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਕਈ ਦਿਨ ਚੱਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਰੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਵੇਦਾਂਤ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਾਤਮਾ ਸਰੀਰ ਤਿਆਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਧਕ ਲਈ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪਰਤਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਹਿਜ ਸਮਾਧੀ ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਅੱਪੜ ਕੇ ਵੀ ਸਾਧਕ ਸੰਸਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਗ੍ਰਿਤ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਈ ਤੁਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਟਿਕਾਓ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਧੀ ਕੇਵਲ ਵੈਰਾਗ 'ਤੇ ਹੀ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਰਸਿਕ ਵੈਰਾਗ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਗਦਿਆਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਹਿਜ ਸੰਸਾਰਕ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਹਿਜ ਵੈਰਾਗ ਵੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਜੋ ਬੋਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਗਿਆਨ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਜੋ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਜਾਪਦਾ ਹੈ:

ਸਾਜਨੁ ਦੁਸਟੁ ਜਾ ਕੈ ਏਕ ਸਮਾਨੈ॥ ਜੇਤਾ ਬੋਲਣੁ ਤੇਤਾ ਗਿਆਨੈ॥
ਜੇਤਾ ਸੁਨਣਾ ਤੇਤਾ ਨਾਮੁ॥ ਜੇਤਾ ਪੇਖਨੁ ਤੇਤਾ ਧਿਆਨੁ॥
ਸਹਜੇ ਜਾਗਣੁ ਸਹਜੇ ਸੋਇ॥ ਸਹਜੇ ਹੋਤਾ ਜਾਇ ਸੁ ਹੋਇ॥
ਸਹਜਿ ਬੈਰਾਗੁ ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਸਨਾ॥ ਸਹਜੇ ਚੂਪ ਸਹਜੇ ਹੀ ਜਪਨਾ॥
ਸਹਜੇ ਭੋਜਨੁ ਸਹਜੇ ਭਾਉ॥ ਸਹਜੇ ਮਿਟਿਓ ਸਗਲ ਦੁਰਾਉ॥
ਸਹਜੇ ਹੋਆ ਸਾਧੂ ਸੰਗੁ॥ ਸਹਜਿ ਮਿਲਿਓ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਨਿਸੰਗੁ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 236)

ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਘਾਲਨਾ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ, ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਇਸ ਸਮਾਧੀ ਦਾ ਧਿਐਯ ਆਪ ਹੀ ਅਚਿੰਤੇ ਆਣ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।[1] ਫਿਰ ਚਿੰਤ ਅਚਿੰਤਾ ਸਭ ਮਿਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕਤਾ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਅਚਿੰਤ ਪ੍ਰਭੂ ਧੁਰਿ ਲਿਖਿਆ ਲੇਖੁ॥ ਅਚਿੰਤ ਮਿਲਿਓ ਪ੍ਰਭੁ ਠਾਕੁਰੁ ਏਕੁ॥
ਚਿੰਤ ਅਚਿੰਤਾ ਸਗਲੀ ਗਈ॥ ਪ੍ਰਭ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਮਈ॥

(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1157)

ਫਿਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਭੋਲੇ ਬਾਲਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਅਚਿੰਤੇ ਆਣ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਝੋਲੀ ਵਿਚ ਪਰਮ ਸੁੱਖ ਪਾ ਗਿਆ ਹੈ[2] ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਜੀਆਵਨਹਾਰਾ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਸ ਨੂੰ ਮਰਨਾ ਨਹੀਂ ਪੈਣਾ, ਹੋਰ ਭਾਵੇਂ ਸਾਰੇ ਮਰ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[3] ਫਿਰ ਐਸੀ ਲਿਵ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਕ 'ਧੰਨ! ਧੰਨ!' ਪੁਕਾਰ ਉੱਠਦਾ ਹੈ।

---

1. ਘਾਲ ਨ ਮਿਲਿਓ ਸੇਵ ਨ ਮਿਲਿਓ ਮਿਲਿਓ ਆਇ ਅਚਿੰਤਾ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 672)*
2. ਪ੍ਰਭੁ ਮਿਲਿਓ ਸੁਖ ਬਾਲੇ ਭੋਲੇ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1307)*
3. ਮੈ ਨ ਮਰਉ ਮਰਿਬੋ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਅਬ ਮੋਹਿ ਮਿਲਿਓ ਹੈ ਜੀਆਵਨਹਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 325)*

16.6.2 ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸਮਾਧੀ - 2

ਸਹਜਿ ਸਾਲਾਹੀ ਸਦਾ ਸਦਾ ਸਹਜਿ ਸਮਾਧਿ ਲਗਾਇ॥

ਜਦ ਸਹਜ ਸਮਾਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਲਿਵ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਘਰ ਵਿਚ, ਕੁਟੰਬ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਵੀ, ਇਸ ਸਮਾਧੀ ਦੀ ਲਿਵ ਭੰਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।[1] ਪਰ ਇਕ ਸਮਾਧੀ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਰ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਹੈ—ਉਹ ਹੈ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ। ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਤਾਂ ਉਹ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਸਿਰਜਣਾ ਤੋਂ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਸੀ।[2] ਜਦ ਕੋਈ ਸਾਧਕ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜੋਤਿ ਪ੍ਰਭੂ ਜੋਤਿ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਏਹੁ ਮਨੂਆ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਲਗਾਵੈ ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਮਿਲਾਈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 910)*

ਇਹ ਸਮਾਧਿ ਫਿਰ ਅਟਿਕ ਚੱਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ—ਸਾਧਕ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਇਕ ਟੱਕ ਸਮਾਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਤਾਂ ਹੈ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਣ ਦੀ:

ਸੋ ਅਉਧੂਤੁ ਐਸੀ ਮਤਿ ਪਾਵੈ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਸੁੰਨਿ ਸਮਾਧਿ ਸਮਾਵੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 877)*

ਐਸੀ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਨਾ ਕੇਵਲ ਵਰੋਸਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸਾਧਕ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਥਾਨ (ਗੁਫ਼ਾ) ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ:

ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਗੁਫਾ ਤਹ ਆਸਨੁ॥
ਕੇਵਲ ਬ੍ਰਹਮ ਪੂਰਨ ਤਹ ਬਾਸਨੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 894)*

ਸਗੋਂ ਉਸ ਦਾ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਣਦਾ ਹੈ[3]:

ਅਨਹਦ ਬਾਣੀ ਪੂੰਜੀ॥ ਸੰਤਨ ਹਥਿ ਰਾਖੀ ਕੂੰਜੀ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 893)*

ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਦ੍ਵੈਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ: ਨਾ ਅੱਗ-ਪਾਣੀ ਦੀ, ਨਾ ਧੁੱਪ-ਛਾਂ ਦੀ, ਨਾ ਉਤਪਤਿ-ਪਰਲੋ ਦੀ, ਨਾ ਜੀਵਨ-ਮ੍ਰਿਤੂ ਦੀ, ਨਾ ਹੀ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦੀ:

ਤਹ ਪਾਵਸ ਸਿੰਧੁ ਧੂਪ ਨਹੀ ਛਹੀਆ ਤਹ ਉਤਪਤਿ ਪਰਲਉ ਨਾਹੀ॥
ਜੀਵਨ ਮਿਰਤੁ ਨ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਬਿਆਪੈ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਦੋਊ ਤਹ ਨਾਹੀ॥
(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 333)

ਇਸ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਜਨ ਓਤ ਪੋਤ ਹਰਿ ਰਸ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਹੀ ਮਸਤ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[4]

ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਾਲੇ ਸੱਚਖੰਡ ਵੱਸਦੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਵਿਚ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ ਲੀਨ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

---

1. ਸਚੈ ਸਬਦਿ ਜਿਨ੍ਾ ਏਕ ਲਿਵ ਲਾਗੀ॥
ਗਿਰਹ ਕੁਟੰਬ ਮਹਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਧੀ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1246)*
2. ਸਰਗੁਨ ਨਿਰਗੁਨ ਨਿਰੰਕਾਰ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਆਪਿ॥
ਆਪਨ ਕੀਆ ਨਾਨਕਾ ਆਪੇ ਹੀ ਫਿਰਿ ਜਾਪਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 290)*
3. ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਅਨਹਤ ਤਹ ਨਾਦ॥ ਕਹਨੁ ਨ ਜਾਈ ਅਚਰਜ ਬਿਸਮਾਦ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*
4. ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਜਨ ਹਰਿ ਰਸਿ ਰਾਤੇ॥ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਨਾਮ ਰਸ ਮਾਤੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 265)*

16.7 ਸਮਾਧੀ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕਹਿਣ ਵਿਚ ਔਕੜ

ਬਲਿ ਬਲਿ ਜਾਉ ਸਿਆਮ ਸੁੰਦਰ ਕਉ ਅਕਥ ਕਥਾ ਜਾ ਕੀ ਬਾਤ ਸੁਨੀ॥

ਸਮਾਧੀ ਉੱਚਤਮ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਨ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਉਹ ਤਾਂ (ਹਉਮੈ ਸਮੇਤ) ਬਿਨਸ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਕੇਵਲ ਮਾਨਸਿਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਕਥਾ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰਾ-ਮਾਨਸਿਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਪਾਸ ਉਚਿਤ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕੇਵਲ ਇਤਨਾ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

ਵੈਸੇ ਵੀ ਜਦ ਸਮਾਧੀ ਡੂੰਘੀ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਚਾਰ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਬੋਲ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਬੋਲ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਓ ਲਈ ਹੀ ਘੜੇ ਗਏ ਸਨ।

ਸਮਾਧੀ ਲਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਮੁੱਢਲੇ ਅਨੁਭਵ ਤਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਕਾਂ ਵਿਚ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਤਲਾ ਅਨੁਭਵ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਨਿਹਕੇਵਲ ਬ੍ਰਹਮ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਉਸ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਸਮਾਈ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਇਕ ਉਦਾਤ, ਅਨੰਤ, ਸਰਬ-ਕਲਾ-ਪ੍ਰਬੀਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ।[1]

ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ (ਮਾਇਆ ਦੇ, ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ, ਆਸ਼ਾ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ) ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਰਿਦੇ ਵਿਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਬੰਧਨ ਰਹਿ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦੀ ਸਹਿਜ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਸਮਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[2] ਜੋ ਸਮਾ ਗਿਆ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਦਾਤਾ ਆਪ ਸੰਸਾਰਕ ਨੀਂਦ ਵਿੱਚੋਂ ਜਗਾ ਕੇ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਦਾ ਰਸ ਪਿਆ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਥ ਕਥਾ ਉਹ ਜਾਣ ਤਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਥਨ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਲਿਆਵੇ? ਇਹ ਕਿਸੇ ਹਾਰੀ ਸਾਰੀ ਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਪੂਰਨ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ:

ਗੁਰ ਮਹਿ ਆਪੁ ਸਮੋਇ ਸਬਦੁ ਵਰਤਾਇਆ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1279)*

ਇਹ ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਣੀ ਉਚਾਰਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।[3] ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਜਤਨ ਕਰੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਗਵਾਰਪੁਣਾ ਹੀ ਖਲੇਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4]

---

1. ਸਰਬ ਕਲਾ ਪ੍ਰਭ ਪੂਰਣੋ ਮੰਞੁ ਨਿਮਾਣੀ ਥਾਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 137)*
2. ਗੁਰਿ ਬੰਧਨ ਤਿਨ ਕੇ ਸਗਲੇ ਕਾਟੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਸਹਜਿ ਸਮਾਈ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 101)*
3. ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਚਿ ਆਪੁ ਰਖਿਓਨੁ ਕਰਿ ਪਰਗਟੁ ਆਖਿ ਸੁਣਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
4. ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁਵਿਗਾੜੁ॥ ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 6)*

16.8 ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ - 2

ਨਾਮ, ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਰੱਬ ਵਿਚਾਲੇ ਵਰਤਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਹੈ।

16.8.1 ਨਾਮ - 1

ਨਾਮ ਬੜਾ ਵਿਚਿੱਤ੍ਰ ਸ਼ਬਦ ਹੈ। ਕੁਝ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਗਿਆਨੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਣਮ' ਪਦ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਕੁਝ ਇਸੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ 'ਮਨਾ' ਪਦ ਤੋਂ। ਕੁਝ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਫ਼ਾਰਸੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ 'ਨਾਮ' ਨੂੰ ਤਦਸਮ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਪਨਾ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਈ ਯੂਰਪੀ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਨਾਮ (Nam) ਸ਼ਬਦ ਇਹੋ ਭਾਵ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਹ 'ਨੇਮ' (Name) ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਬਹਰਹਾਲ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ, 'ਬੋਧ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੰਗਿਆ' ਹੈ। ਐਸੀ ਸੰਗਿਆ, ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ—ਵਸਤੂ-ਵਾਚਕ ਤੇ ਭਾਵ-ਵਾਚਕ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹ ਪਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਈ ਥਾਈਂ ਇਹ ਪਦ ਉਸ ਦਾ ਹੁਕਮ ਬੋਧ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਪ੍ਰਵਾਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[1] ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ : ਨਾਮੁ, ਨਾਉ, ਨਾਇ, ਨਾਈ, ਨਾਵ, ਨਾਵੈ ਆਦਿ।

ਮੂਲ ਮੰਤ੍ਰ ਵਿਚ ਇਹ ਸਤਿ ਦੇ ਨਾਲ ਆਇਆ ਹੈ। ਉਥੇ ਇਹ 'ਸਤਿ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਤ ਬੋਧ ਰੂਪ (Signified) ਹੈ ਤੇ ਨਾਮੁ ਬੋਧਕ ਰੂਪ (Signifier)। ਸਤਿ ਉਹ ਹੈ ਜੋ 'ਹੈ', ਜਿਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਯਕੀਨੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਉਸ ਦਾ ਬੋਧ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਤਿ ਇਸ ਲੇਖੇ 'ਨਾਮੀ' ਹੈ ਤੇ ਨਾਮੀ ਨਾਲ ਨਾਮ ਦਾ ਅਨਿਖੜ ਸੰਬੰਧ ਹੈ।

ਜੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਲਈਏ ਤਾਂ ਕੀ ਉਹ ਵੀ ਅੱਗੋਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦਾ ਹੈ ? ਜਦ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਪਿਤਾ' ਕਹਿ ਕੇ ਪੁਕਾਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਅਵੱਸ਼ 'ਹਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ' ਕਹਿ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਾ ਹੈ—ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਸੰਸਾਰਕ ਲੋਕ ਉਸ ਦੇ ਇਸ ਹੁੰਗਾਰੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਸਾਰੇ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਧਰਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਹੀ ਸੱਚ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਹੋਂਦ ਸੰਸਾਰਕ ਕੂੜ ਹੈ।[2] ਇਹੋ ਨਾਮ ਸਾਰੇ ਖੰਡਾਂ-ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਾਂ, ਆਕਾਸ਼ਾਂ ਪਾਤਾਲਾਂ, ਸਮੱਸਤ ਆਕਾਰਾਂ, ਸਗਲੇ ਜੀਆਂ ਜੰਤਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਧਿਆਨਾਂ, ਧਰਮਾਂ, ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ[3], ਅਰਥਾਤ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਨੂੰ ਧਾਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ।[4]

ਇਸੇ ਨਾਮ ਰਾਹੀਂ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ ਉਪਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਇਸ ਨਾਮ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਦੇ ਅਥਵਾ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਸੱਦ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।[5] ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

---

1. ਏਕੋ ਨਾਮੁ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰਿ ਦੀਆ ਬੁਝਾਇ ਜੀਉ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 72)*
2. ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਬੇਦ ਪੁਰਾਣ ਪੁਕਾਰਨਿ ਪੋਥੀਆ॥
   ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਸਭਿ ਕੂੜੁ ਗਾਲ੍ਹੀ ਹੋਛੀਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫ ਕਾਫੀ, ਪੰਨਾ 761)*
3. ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਲਗਿ ਬੇਦ ਉਪਾਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 263)*
4. ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲੇ ਜੰਤ॥ ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡ॥
   ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ॥ ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸੁਨਨ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ॥
   ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਆਗਾਸ ਪਾਤਾਲ॥ ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲ ਆਕਾਰ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 284)*
5. ਜਿਨੀ ਤੇਰਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਤਿਨ ਕਉ ਸਦਿ ਮਿਲੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 989)*

16.8.2 ਨਾਮ - 2

ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਸਭ ਕੂੜ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਹੀ ਸੱਚ ਹੈ। ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ ਸਭ ਹੋਛੀਆਂ ਹਨ।

ਨਾਮ, ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਪਾਸ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਵਸਤ ਨਾਮ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਤਾਂ ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ:

ਨਾਨਕ ਕੈ ਘਰਿ ਕੇਵਲ ਨਾਮੁ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1136)*

ਇਸ ਤੋਂ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਦੀ ਕਿਤਨੀ ਵੱਡੀ ਮਹੱਤਾ ਗੁਰਮਤਿ ਨੇ ਪ੍ਰਵਾਨੀ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਏਡੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਕਲਪ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਕਰਨੀ ਬੜੀ ਕਠਿਨ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਕਠਿਨ ਹੈ:

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 9)*

ਫਿਰ ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬੜਾ ਕੁਝ ਸੁਝਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਪੰਕਤੀਆਂ ਜੋ ਇਸ ਦੇ ਥੀਣ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨੈ੍ ਰਚਿਓ ਨਾਉ॥
ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਅਜੂਨੀ ਤੇ ਸੈਭੰ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਸਾਜਣਹਾਰਾ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲ ਉਹ ਅਫੁਰ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਸੀ। ਓਦੋਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਇਆ ਹੋਇਆ। ਫਿਰ ਅਚਨਚੇਤ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਇਕ ਤਰੰਗ ਜਾਗੀ, ਇਕ ਫੁਰਨਾ ਫੁਰਿਆ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪਿਆਰ ਵੰਡੇ। ਤੁੱਠ ਕੇ ਆਪਣਾ ਪਿਆਰ ਵੰਡਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸਾਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਸਾਰਾ ਪਾਸਾਰਾ ਸਿਰਜ ਦਿੱਤਾ।[1] ਪਰ ਇਹ ਪਾਸਾਰਾ, ਇਹ ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਇਹ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਫੁਰ ਹੋਇਆ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਫੁਰ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਨਾਮ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ "ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ" ਤੇ "ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ" ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਈ।

ਇਉਂ ਨਾਮ ਰੱਬ ਦੀ ਰੱਬਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੈ। ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਦ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪਣੀ ਸਮਸਤ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਆਸਨ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਚਾਓ ਨਾਲ ਨਿਗਾਹਬਾਨੀ ਕਰਨ ਲੱਗਾ।[2] ਇਉਂ 'ਨਾਮ' ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਹਰਥੇ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ।[3] ਇਉਂ ਨਾਮ ਰੱਬ ਦੀ ਸਮਸਤ ਰੱਬਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ, ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਅਨੰਤ ਮੁਹੱਬਤ ਦੀ ਅਭਿਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ...ਤੁਸਿ ਦੇਵਹਿ ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*
2. ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*
3. ਜੱਤ੍ਰ ਤੱਤ੍ਰ ਦਿਸਾ ਵਿਸਾ ਹੁਇ ਫੈਲਿਓ ਅਨੁਰਾਗ॥੮੦॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*

16.8.3 ਨਾਮ - 3

ਭਾਵੇਂ ਧਰਤ ਤੇ ਆਕਾਸ਼ ਰੱਬ ਦੀ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਕੇਵਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਹਿਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਤਨੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਾਮ ਦਾ ਹੀ ਪਾਸਾਰਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਸਿਰਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਸਭ ਨਾਮ ਹੈ।[1] ਜੇਕਰ ਨਾਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਪਾਸਾਰਾ ਮਿਥਿਆ ਹੋ ਜਾਵੇ।[2] ਇਸ ਸਾਰੇ ਪਾਸਾਰੇ ਵਿਚਲੀ ਜੀਵਨ-ਰੌ ਵੀ ਨਾਮ ਹੀ ਹੈ। ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੀਣਾ ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ।[3] ਜੋ ਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਉਹ ਜਿਥੇ ਵੀ ਹੈ, ਨਾਮ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਰੌ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਾਇਮ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੀਏ ਕਿ ਨਾਮ ਹਰ ਵਸਤੂ ਉਹਲੇ ਵਰਤਦੀ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ।

ਫਿਰ ਤਾਂ ਨਾਮ ਹਰੇਕ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੀ। ਫਿਰ ਸਾਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ? ਇਸ ਦੇ ਤਿੰਨ ਕਾਰਨ ਹਨ—ਪਹਿਲਾ ਇਹ ਕਿ ਸਾਡੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਉੱਤੇ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਚੜ੍ਹੀ ਪਈ ਹੈ:

ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਮਲੁ ਲਾਗੀ ਕਾਲਾ ਹੋਆ ਸਿਆਹੁ ॥
ਖੰਨਲੀ ਧੋਤੀ ਉਜਲੀ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸਉ ਧੋਵਣਿ ਪਾਹੁ ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 651)*

ਦੂਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਵੱਲ (ਸੰਸਾਰ ਵੱਲ) ਵੇਖਣ ਦੀ ਆਦਤ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸੰਬੰਧੀ ਬਾਹਰ ਹਨ, ਧੰਧੇ ਬਾਹਰ ਹਨ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਹਨ, ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੀ ਗ੍ਰਾਹਨਾ ਬਾਹਰ ਹੈ, ਕਰਮ ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਬਾਹਰ ਹੈ। ਸੋ, ਉਹ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵੇਖੀ ਜਾਣ ਦਾ ਪੱਕਾ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਉਹ ਵੇਖਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਅੰਦਰ ਵੱਲੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਬੇਖ਼ਬਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ—ਸੁੱਤਾ ਹੋਇਆ। ਜਾਗਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਕਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਗਦਾ।[4]

ਤੀਸਰਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਵੱਲ ਲੱਗਣਾ ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚੱਟਣ ਸਮਾਨ ਹੈ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਇਹ ਬੜਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਸਾਧਕ ਪਾਸ ਇਤਨਾ ਸਬਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲੱਗਾ ਰਹੇ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਉਸ ਨੂੰ ਹੌਸਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਦਿਲ ਬੰਨ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ, ਔਕੜਾਂ 'ਚੋਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਵਿਚ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਭੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੂਰ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[5]

---

1. ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)*
2. ਲਾਖ ਅਡੰਬਰ ਬਹੁਤੁ ਬਿਸਥਾਰਾ ॥ ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਝੂਠੇ ਪਾਸਾਰਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 240)*
3. ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਨਹੀ ਜੀਵਿਆ ਜਾਇ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 366)*
4. ਜਾਗੁ ਰੇ ਮਨ ਜਾਗਨਹਾਰੇ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 387)*
5. ਸਤਿਗੁਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਦ੍ਰਿੜਾਇਆ ਚਿੰਤਾ ਸਗਲ ਬਿਨਾਸੀ ॥
   ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਅਪੁਨੋ ਕਰਿ ਲੀਨਾ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਅਬਿਨਾਸੀ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 615-16)*

16.8.4 ਨਾਮ - 4

ਜਿਸ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਕੰਠ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਮ ਦੀ ਮਾਲਾ ਪਹਿਨ ਲਈ, ਸਮਝੋ, ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਨਦਰ ਦਾ ਭਾਗੀ ਹੋ ਗਿਆ।

ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਰੱਬ ਦਾ ਕੋਈ ਨਾਮ ਨਹੀਂ।[1] ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦੇ ਬੇਅੰਤ ਨਾਮ ਹਨ।[2] ਇਹ ਬੇਅੰਤ ਨਾਮ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਵਾਚਕ ਨਾਮ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਰੱਖੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਤਮ ਨਾਮ ਜਾਂ ਕਰਮ ਨਾਮ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਵਿਕੋਲਿਤਰੇ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਸਮੁੱਚਾ ਸਰਬ-ਨਾਮ ਨਹੀਂ।[3] ਪਰ ਹਰ ਧਰਮ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਮ ਐਸਾ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਨਾ ਗੁਣਵਾਚਕ ਹੈ, ਨਾ ਕਿਰਤਮ। ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਵਿਚ ਓਮ ਹੈ, ਇਸਲਾਮ ਵਿਚ ਅੱਲ੍ਹਾ ਹੈ ਤੇ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਸਤਿਨਾਮ।[4] 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਵੀ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਬੜਾ ਚਿਰ ਗੁਪਤ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ।

ਰੱਬ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਲਈ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਤੇ 'ਸਤਿਨਾਮ' ਦੋਵੇਂ ਨਾਮ ਉਚਿਤ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਪਣਾ ਹੀ ਮੁਖ ਵਿਧਾਨ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਸਾਧਕ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਯਾਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਾਪ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਧਿਆਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਧਕ ਜੇਭਾ ਨਾਲ ਜਪਦਾ ਹੈ, ਬਾਰ-ਬਾਰ ਨਾਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਜੋੜਨ ਨੂੰ ਧਿਆਉਣਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਹਸਤੀ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਮਿਹਰਬਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਚੇਤੇ ਕਰਨ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੁਲਾਸ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਸਾਧਕ ਉਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਤਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਸੁਣ ਕੇ ਵੀ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਮਾਣਦਾ ਹੈ। ਸੁਣ ਕੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ। ਮੰਨਣਾ ਉਸ ਉਪਰ ਆਪਣੇ ਅਟੱਲ ਸ਼ਰਧਾ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਗਾਉਣਾ ਹੈ। ਹੌਲੇ ਹੌਲੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਮੈਲ ਉਤਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਨਾਮ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਕੱਟ ਕੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਜਾਪ ਰਸਦਾਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਲਿਵ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰੋਂ ਪਿਆਰ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨ ਟੁੱਟਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।[5] ਆਤਮ ਰੰਗ ਉਘੜਦਾ ਹੈ।[6] ਨਾਮ ਦੀ ਜੋਤਿ ਅੰਦਰ ਜਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਇਸ ਜੋਤਿ ਨਾਲ ਸਾਰਾ ਚੌਗਿਰਦਾ ਲਿਸ਼ਕ ਉੱਠਦਾ ਹੈ[7] ਤੇ ਸਾਧਕ ਨਾਮ ਵਿਚ ਹੀ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[8]

---

1. ਨਮਸਤੰ ਅਨਾਮੇ॥...॥੪॥ ਨਮਸਤੰ ਨ੍ਰਿਨਾਮੇ॥...॥੧੧॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*
2. ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕਾ ਰੂਪ ਅਨੰਤਾ ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਹੀ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਕੇਤੇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 358)*
3. ਤਵ ਸਰਬ ਨਾਮ ਕਥੈ ਕਵਨ ਕਰਮ ਨਾਮ ਬਰਨਤ ਸੁਮਤਿ॥੧॥ *(ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ)*
4. ਕਿਰਤਮ ਨਾਮ ਕਥੇ ਤੇਰੇ ਜਿਹਬਾ॥ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਤੇਰਾ ਪਰਾ ਪੂਰਬਲਾ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1083)*
5. ਟੂਟੇ ਮਾਇਆ ਕੇ ਬੰਧਨ ਫਾਹੇ ਹਰਿ ਰਾਮ ਨਾਮ ਲਿਵ ਲਾਗੇ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 527)*
6. ਠਾਕੁਰੁ ਗਾਈਐ ਆਤਮ ਰੰਗਿ॥
   ਸਰਣੀ ਪਾਵਨ ਨਾਮ ਧਿਆਵਨ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵਨ ਸੰਗਿ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 680)*
7. ਨਾਮ ਤੇਰੇ ਕੀ ਜੋਤਿ ਲਗਾਈ ਭਇਓ ਉਜਿਆਰੋ ਭਵਨ ਸਗਲਾਰੇ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਰਵਿਦਾਸ, ਪੰਨਾ 694)*
8. ਨਾਉ ਧਿਆਈਐ ਨਾਉ ਮੰਗੀਐ ਨਾਮੇ ਸਹਜਿ ਸਮਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 26)*

16.8.4.1 ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ - 1

ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਉਸ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਆਪ ਨਾਮ ਦੀ ਆਰਾਧਨਾ ਕੀਤੀ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਆਰਾਧਨਾ ਕਰਵਾਈ, ਨਾਮ ਜਪਦਿਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਤ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਤੇ ਸਾਰੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਹੱਸਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਏ, ਓਹੀ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਲਖ ਤੇ ਦੱਸ ਸਕਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹਨ। ਐਸੇ ਵਿਰਲੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਗੁਰਮੁਖ ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਜੀ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਰਹੱਸਾਂ ਦੀ ਸਵਿਸਥਾਰ ਚਰਚਾ ਆਪਣੀ ਮਹਾਨ ਪੁਸਤਕ *ਰਾਹਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰੇ ਹੱਕ*[1] ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਉਸੇ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਾਰੰਸ਼ ਹੈ।

ਸਤਿਨਾਮ ਅਥਵਾ 'ਇਸਮੇ ਆਜ਼ਮ' ਦੇ ਜਾਪ ਅਥਵਾ ਵਿਰਦ ਦੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਕੀਸ਼ਵਰ-ਉਪਾਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਦਖ਼ਲ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ੀ ਮੁਨੀ ਇਹਨਾਂ ਜਾਪ-ਜੁਗਤਾਂ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਦੇ ਤੇ ਸੀਨਾ-ਬ-ਸੀਨਾ ਹੀ ਅੱਗੇ ਤੋਰਦੇ ਸਨ। ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਨ ਸਨ। ਪਹਿਲਾ ਇਹ ਕਿ ਇਸ ਨਾਮ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਕਾਇਮ ਰਹੇ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਾਨ ਦੇਂਦਾ ਸੀ, ਜੋ ਇਸ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹੋਵੇ। ਗੁਰੂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਾਨ ਦੇਂਦਾ ਸੀ, ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਹਾਰੀ-ਸਾਰੀ ਨਾਮ ਦਾਨ ਦੇਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਤੇ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਪਾਸ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਕੁਪਰਿਣਾਮ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਨਾਮ ਵੰਡਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਇਤਨੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਉਸ ਸਾਧਕ ਦੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਨਾਮ ਦੇਵੇ, ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੇ। ਇਉਂ ਇਕ ਗੁਪਤ ਰਿਸ਼ਤਾ ਗੁਰੂ ਤੇ ਸੇਵਕ ਵਿਚਾਲੇ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਸਦਕਾ :

ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕੀ ਕਰੈ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ॥
ਸੇਵਕ ਕਉ ਗੁਰੁ ਸਦਾ ਦਇਆਲ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 286)*

ਤੀਸਰਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਜਿਸ ਸਾਧਕ ਤਾਈਂ ਗੁਰੂ ਗੁਪਤ ਨਾਮ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਕੇ ਦੇਂਦਾ ਸੀ, ਉਸ ਦਾ ਆਤਮ ਬਲ ਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਆਤਮ ਬਲ ਤੇ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੀ ਸੰਪੂਰਨ ਤੇ ਸੁਖੈਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚੌਥਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਜਿਸ ਗੁਰੂ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਗੁਹਜ ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰਗਾਸ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਸਦਾ ਉਸ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਹੀ ਉਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦਾ ਬਿਖੜਾ ਪੈਂਡਾ ਤੈਅ ਕਰ ਸਕੇਗਾ।

---

1. *ਰਾਹਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰੇ ਹੱਕ* (ਉਰਦੂ), ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਗੁਰਮੁਖ ਲਾਂਬਾ ਭਾਗੋਵਾਲੀਆ, ਦੀਵਾਨ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ, ਲਾਹੌਰ, 1932.

16.8.4.2 ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ - 2

ਜੋ ਸਾਸ ਗਿਰਾਸ ਨਾਮ-ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹੀ ਅਸਲ ਭਗਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜਦ ਨਾਮ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨਾਲ ਹੀ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚੱਟਣਾ ਹੈ।[1]

ਇਸ ਪਵਿੱਤਰ ਨਾਮ ਦੇ ਜਾਪ ਦੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਦਾ ਹੁਣ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਪਹਿਲੀ ਜੁਗਤ ਲੋਮ ਜਾਪ ਅਥਵਾ ਜੇਭਾ ਨਾਲ ਜਪਣ ਦੀ ਹੈ।[2] ਰਸਨਾ ਦੁਆਰਾ ਜਪਦੇ ਜਪਦੇ ਜਦ ਅਸਰ ਹਿਰਦੇ 'ਤੇ ਪੈਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਪਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸ਼ੁੱਧੀ ਤੇ ਅਸ਼ੁੱਧੀ, ਪੁੰਨ ਤੇ ਪਾਪ, ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਦੀ ਤਮੀਜ਼ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜੀ ਜੁਗਤ ਮਲੋਮ ਜਾਪ ਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਬਾਹਰੀ ਜੇਭਾ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਦਰਲੀ ਜੇਭਾ (ਜ਼ੁਬਾਨੇ ਕਾਲਬ) ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜੁਗਤ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਸਾਧਕ ਨਾਮ-ਆਧਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭੁੱਖ-ਪਿਆਸ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਤੀਜੀ ਜੁਗਤ ਕਾਲਪਨਿਕ ਜੁਗਤ ਹੈ—ਕਿਸੇ ਤਸੱਵਰ ਨੂੰ ਦਿਲ 'ਤੇ ਨਕਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ। ਇਹ ਨਕਸ਼ਬੰਦੀ ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦੀ ਮਨਪਸੰਦ ਜੁਗਤ ਸੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਹੰਗ੍ਰਹ ਉਪਾਸਨਾ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।[4] ਉਹ ਸਭ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵੇਖਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਸਲ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਵਿਚ ਪੰਜਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਹੀ ਹੈ :

ਏਕ ਅਖਰੁ ਹਰਿ ਮਨਿ ਬਸਤ ਨਾਨਕ ਹੋਤ ਨਿਹਾਲ॥

(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 261)

ਇਸ ਤੁਕ ਵਿਚ 'ਨਿਹਾਲ' ਪਦ ਉਸ ਦੀਆਂ ਰਹਿਮਤਾਂ ਤੇ ਗੁਣਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਚੌਥੀ ਜੁਗਤ, ਪੂਰੇ ਮਹਾਂ-ਮੰਤ੍ਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਦੇ ਨਾਲ ਉਚਾਰਣ ਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੂਫ਼ੀ ਲੋਕ 'ਹਬਸੇ ਦੰਮ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਥੋੜੇ ਹੀ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਛਾਤੀ ਅੰਦਰ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਨੂਰਾਨੀ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਜੱਗ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਮੁਨੱਵਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5]

ਪੰਜਵੀਂ ਜੁਗਤ 'ਪ੍ਰਾਣ ਸੰਗਲੀ' ਜਾਂ 'ਪਾਸਿ ਅਨਫ਼ਾਸ' ਦੀ ਵਿਧੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਪ ਜਾਗਦਿਆਂ, ਸੁੱਤਿਆਂ, ਸੁਆਸ ਸੁਆਸ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[6]

---

1. ਸਿਲਾ ਅਲੂਣੀ ਚਟਣੀ...॥ *(ਵਾਰ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, 11.5)*
2. ਰਸਨਾ ਉਚਰੈ ਹਰਿ ਹਰੇ ਗੁਣ ਗੋਵਿੰਦ ਵਖਿਆਨ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 926)*
3. ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 917)*
4. ਅਹੰਗ੍ਰਹ ਉਪਾਸਨਾ : ਧਏਯ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਰੂਪ ਜਾਣ ਕੇ ਸੇਵਨ ਪੂਜਨ ਕਰਨਾ। ਜਿਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਰੀਏ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਜੁਦਾ ਨਾ ਮੰਨ ਕੇ ਉਪਾਸਨਾ। *(ਭਾਈ ਕਾਨ੍ਹ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ, 'ਮਹਾਨ ਕੋਸ਼')*
5. ਇਸੇ ਬਾਰੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ਼ਾਰਾ ਹੈ : "ਸਸੀਅਰ ਕੈ ਘਰਿ ਸੂਰੁ ਸਮਾਵੈ॥" *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 840)* [ਚੰਨ ਵਿਚ ਸੂਰਜ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ ਮਨੁੱਖੀ ਅਲਪ ਸੋਝੀ ਵਿਚ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਜੋਤਿ ਜਗ ਉਠਦੀ ਹੈ।]
6. ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਤੇਰਾ ਨਾਮੁ ਸਮਾਰਉ ਤੁਮ ਹੀ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਆਹੀ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 499)*

16.8.4.3 ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ - 3

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਨਦਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਸਹਿਜੇ ਤਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੰਤ ਖ਼ਾਲਸਾ ਮਤ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਅਖ਼ੀਰ ਤਕ ਨਾਮ ਦਾ ਹੀ ਜਾਪ ਤੇ ਆਵਾਹਨ ਚੱਲਦਾ ਹੈ। ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੰਤ ਤਕ ਸਭੇ ਰੂਹਾਨੀ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨੂੰ ਇਸੇ ਆਸਰੇ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਗਿਆਸੂ ਨਾਮ ਦੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਦੀ ਵਿਚਰਦੇ ਲੰਘਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਹਨ:

(1) ਜਪ (ਜਾਂ ਜਾਪ ਤੇ ਪਾਠ)
(2) ਸਿਮਰਨ (ਜਾਂ ਯਾਦ)
(3) ਧਿਆਨ
(4) ਸਹਿਜ ਵਿਸਮਾਦ
(5) ਸਮਾਧ ਤੇ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧ

ਇਥੇ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਕਰ ਦੇਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜਾਪ ਦਾ ਇਸ਼ਟ ਮੰਤ੍ਰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਇਸ਼ਾਰੇ ਮਾਤਰ ਹੀ ਬਹੁਤੀ ਥਾਈਂ ਆਇਆ ਹੈ।[1] ਪੂਰਨ ਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕੇਵਲ ਭੱਟ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋਇਆ।[2]

ਇਸ ਮੰਤ੍ਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦਾ ਜਾਪ ਛੇਵੇਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਵੇਲੇ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਦਸਵੇਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਤਾਂ ਇਸ ਜਾਪ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਜਪਣ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਮ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਹਰੇਕ ਇਸ਼ਟ ਮੰਤ੍ਰ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਬ੍ਰਹਮ ਸ਼ਬਦ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਈਸ਼ਵਰੀ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਮਹਾਂਵਾਕ, ਅੰਤਹਕਰਣ ਲਈ ਬੀਜ ਮਾਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅੰਤਹਕਰਣ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਧਰਤੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਵੱਤਰ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਆਬੇ-ਹਯਾਤ ਨਾਲ ਇਹ ਵੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਖ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੀ ਜੀਊੜਿਆਂ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ-ਮੁਸ਼ੱਕਤ, ਘਾਲ-ਕਮਾਈ ਪ੍ਰਵਾਨ ਪਈ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਲਕ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਉਜਲਾ ਮੁਖ ਲੈ ਕੇ ਗਏ ਹਨ। ਆਪ ਹੀ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੋਏ, ਇਹਨਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਵੀ ਅਨਗਿਣਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੰਧਨ-ਮੁਕਤ ਕਰਾਇਆ ਹੈ:

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥
ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

---

1. ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਆਪਿ ਅਖਾਇਦਾ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਸਚੁ ਸੋਇ ॥
ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਹੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੂਝੈ ਕੋਇ ॥
ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਬਾਣੀ ਸਚੁ ਹੈ ਸਚਿ ਮਿਲਾਵਾ ਹੋਇ ॥
ਨਾਨਕ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਤਿਆ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਕਰਮਿ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਇ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 514)*
2. ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿ ਜੀਉ ॥ *(ਸਵਈਏ ਮ: 8, ਗਯੰਦ, ਪੰਨਾ 1402)*

16.9 ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਵਿਗਾਸ

ਮਨੁੱਖ ਲਘੂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਪਰਮ-ਆਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਵੀ। ਇਹੋ ਉਸ ਦਾ ਪਰਾ-ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਰਸਾ ਹੈ।

16.9.1 ਪਰਾਮਾਨਸਿਕ ਅਨੁਭਵ

ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਧਰਤੀ ਦੀ ਉਪਜ ਨਹੀਂ। ਕੇਵਲ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ, ਭਾਵਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਮੁਜੱਸਮਾ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਮਾਲਕ ਵੀ ਹੈ। ਇਕ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਖ਼ੁਦਾਈ ਤਾਕਤ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਬਲ, ਬਿਬੇਕੀ ਸਿਆਣਪ, ਹਰ ਹਾਲ ਵਰਤਦੀ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਤੇ ਸਭ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਤੋਂ ਉਪਰਲਾ ਸਦੀਵੀ ਆਨੰਦ ਇਸ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਜਨਮ-ਜਾਤ ਹੱਕ ਸਮਝੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਲਾਜ਼ਮ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪ ਆਪਣੇ ਸਗਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ, ਸਮਸਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ, ਅਨੰਤ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਿੰਦੂ ਹਾਂ। ਇਹ ਗੰਢ ਪਾ ਕੇ ਸਾਂਭਣ ਜੋਗਾ ਸੱਚ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਦਾ ਚੇਤੇ ਰੱਖੀਏ। ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਿਆਂ ਹੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਹੈ।[1] ਇਹ ਤਾਂ ਕੱਚੀ ਵਸਤ ਹੈ।[2] ਇਹ ਤਾਂ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੰਦ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਬੰਦੀਖ਼ਾਨਾ ਨਹੀਂ। ਆਤਮਾ ਉਸ ਵਿਚ ਕੈਦ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੈਠੀ ਉਸ ਦੀ ਚਾਲਕ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਉਸ ਜਾਗਤਿ ਜੋਤਿ ਦਾ ਮੰਦਰ ਹੈ।[3] ਸ੍ਵਯੰਭੂ ਆਤਮਾ ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਰੁਸ਼ਨਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਨੂੰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਤੇ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਲਿਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮਨੋਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੋ ਕੁਝ ਹੈ, ਇਸੇ ਆਤਮਾ ਆਸਰੇ ਹੀ ਹੈ। ਕਾਇਆ ਨਗਰ ਵਿਚ ਸਭ ਕੁਝ ਇਸ ਦਾ ਸਿਰਜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[4] ਇਹੋ ਇਸ ਦਾ ਅਸਲ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ—ਪਦਾਰਥਕ ਪ੍ਰਾਣ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਪ੍ਰਾਣ ਵੀ। ਇਹੋ ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਸੱਚ ਹੈ, ਇਹੋ ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਸਾਰ।

ਇਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਵਿਰਸਾ ਇਹੋ ਹੈ।[5] ਇਸ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਗਿਆਂ ਦਾ ਜਨਮ ਵਿਅਰਥ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਭਟਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।[6]

ਮਨ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਕੋਈ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਹੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਬਖ਼ਸ਼ਦੀ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਹੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ। ਆਤਮਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚੇਤਨਾ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਨਾ ਮਨ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਸਰੀਰ ਹੀ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ ਮੌਤ ਹੈ।

---

1. ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)*
2. ਕਾਇਆ ਕਚੀ ਕਚਾ ਚੀਰੁ ਹੰਢਾਏ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 111)*
3. ਕਾਇਆ ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ ਹਰਿ ਆਪਿ ਸਵਾਰੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1059)*
4. ਕਾਇਆ ਨਗਰ ਮਹਿ ਕਰਮ ਹਰਿ ਬੋਵਹੁ ਹਰਿ ਜਾਮੈ ਹਰਿਆ ਖੇਤੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 368)*
5. ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ॥ ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*
6. ਇਸੁ ਪਉੜੀ ਤੇ ਜੋ ਨਰੁ ਚੂਕੈ ਸੋ ਆਇ ਜਾਇ ਦੁਖੁ ਪਾਇਦਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1075)*

16.9.2.1 ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਔਕੜਾਂ - 1

ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਔਗੁਣ ਛਾਂਟਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਆਪਣੇ ਔਗੁਣਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ-ਜੋਖਾ ਕਰੀਏ।

ਮਨ ਦੀ ਚੰਚਲਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਅਸਥਿਰਤਾ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਬੜੀ ਵੱਡੀ ਔਕੜ ਹੈ। ਇਹ ਮਨ ਦਸੋਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਭੱਜਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।[1] ਇਸ ਨੂੰ ਟਿਕਾਉਣ ਲਈ ਧਿਆਨ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਆਚਰਣਕ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਾਧਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਸਿਧਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਖੁਟਹਰ ਹੈ,[2] ਇਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪਲ ਵਿਚ ਤੋਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਲ ਵਿਚ ਮਾਸਾ। ਇਹ ਬੜਾ ਹੀ ਅਸਾਧ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਅਸਾਧ ਮਨ ਨੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਹੀ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਜਨ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਧ ਸਕਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[3]

ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਲਈ ਇਕ ਲੋੜ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਇੱਕੋ ਹੀ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿਚ ਅਦਲਾ-ਬਦਲੀ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਦਰਅਸਲ ਇਸ ਜਤਨ ਵਿਚ ਬੜੇ ਵੱਡੇ ਧੀਰਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਬੜੇ ਸਾਲਾਂ ਬਾਦ ਹੀ ਉੱਨਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਵੀ ਤਾਂ ਜੇ ਇਕਸਾਰ ਨਿਰੰਤਰ ਜਤਨ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹੀਏ।

ਇਸ ਜਤਨ ਵਿਚ ਦੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬੜੀਆਂ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ—ਇਕ ਨਾਮ ਤੇ ਦੂਜਾ ਨੇਮ। ਨਾਮ ਨਾ ਕੇਵਲ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਮਤ ਨੂੰ ਵੀ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨੇਮ ਨਾਲ ਪੈਰ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਹਟਦੇ। ਨੇਮ ਭੰਗ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਪਾਈ ਹੋਈ ਲੱਭਤ ਵੀ ਛੁੜਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਜੁਗਤਿ ਵੀ ਇੱਕੋ ਰਹੇ, ਮੰਤ੍ਰ ਵੀ ਇੱਕੋ ਰਹੇ ਤੇ ਨੇਮ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹੇ ਤਾਂ ਵਾਧਾ ਸੌਖਾ ਤੇ ਛੇਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਖ਼ਰ ਤਾਂ ਮਨ ਨੇ ਹੀ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧਨਾ ਹੈ।[4] ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਨਿਰਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਸਾਧਕ ਨਾਲ ਨਾਲ ਦੈਵੀ ਇਮਦਾਦ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਵੀ ਕਰਦਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਮਦਾਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਨਾ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਐਸੀ ਅਰਦਾਸ ਦੀ ਜਾਚ ਸਿਖਾਲਦੇ ਹਨ :

ਮੈ ਅਜਾਨੁ ਜਨੁ ਤਰਿਬੇ ਨ ਜਾਨਉ ਬਾਪ ਬੀਠੁਲਾ ਬਾਹ ਦੇ॥ *(ਗੋਂਡ ਨਾਮਦੇਵ, ਪੰਨਾ 873)*

---

1. (ੳ) ਮਨੂਆ ਡੋਲੈ ਦਹ ਦਿਸ ਧਾਵੈ ਬਿਨੁ ਰਤ ਆਤਮ ਗਿਆਨਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1013)*
   (ਅ) ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਧਾਵਤੁ ਫੁਨਿ ਧਾਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222)*
2. ਮਨ ਖੁਟਹਰ ਤੇਰਾ ਨਹੀ ਬਿਸਾਸੁ ਤੂ ਮਹਾ ਉਦਮਾਦਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)*
3. ਮਨੁ ਅਸਾਧੁ ਸਾਧੈ ਜਨੁ ਕੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
4. ਨਾਨਕ ਮਨ ਹੀ ਕਉ ਮਨੁ ਮਾਰਸੀ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਸੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)*

16.9.2.2 ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਔਕੜਾਂ - 2

ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਰਾਦਾ ਬਣਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਔਕੜ ਇਰਾਦਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਚੱਲਣਾ ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚੱਟਣ ਵਰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1] ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਇਤਨੀ ਸੌਖੀ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਚਿੰਤੇ ਹੀ ਐਸੇ ਕਰਮ ਕਰੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਉਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਵੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਬੈਠ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ ਭੁਲੇਖੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ। ਬੜੀ ਵਾਰ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਭਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਿਰਲਿਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਜੋ ਕਰਮ ਵੀ ਕਰੇ, ਉਹ ਅਭਿੱਜ ਹੋ ਕੇ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਰਮ ਦੇ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਜੇ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਭਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਸੁਮਤਿ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਤਦੇ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਦੀ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਬਿਬੇਕ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਛੁੜਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਤਨਾ ਅਭਿਮਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਕਿਸੇ ਦਾ ਲਿਹਾਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਸਤਿਕਾਰ। ਇਉਂ ਸਦਾਚਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵੰਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਡੇਰਿਆਂ ਦਾ ਆਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਝਗੜਨ ਦਾ ਪਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ।[4] ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਔਕੜ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਿਤੇ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਨਾ ਵਾਪਰ ਜਾਏ, ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਇਸ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਤੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਲਾਜ਼ਮ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਧਕ ਇਸ ਖ਼ਤਰੇ ਵੱਲੋਂ ਚੇਤੰਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ, ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਨੈਤਿਕ ਨਿਰਮਲਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਨਦਰੇ-ਕਰਮ, ਮਿਹਰਵਾਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਉਪਰੋਕਤ ਕਠਿਨਾਈ ਵੱਲੋਂ ਹਰ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

---

1. ਸਿਲਾ ਅਲੂਣੀ ਚਟਣੀ...॥ *(ਵਾਰ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, 11.5)*
2. ਪਾਪ ਕਰਤ ਸੁਕਚਿਓ ਨਹੀ ਨਹ ਗਰਬੁ ਨਿਵਾਰਿਓ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੯ ਕਾਫੀ, ਪੰਨਾ 727)*
3. ਪਾਪ ਕਰੰਤੌ ਨਹ ਸੰਗਾਇ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1192)*
4. ਜਿਨ ਕੇ ਜਣੇ ਬਡੀਰੇ ਤੁਮ ਹਉ ਤਿਨ ਸਿਉ ਝਗਰਤ ਪਾਪ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1200)*

16.9.2.3 ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਔਕੜਾਂ - 3

ਹਉਮੈ ਅਤੇ ਅਭਿਮਾਨ ਸਾਨੂੰ ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ ਬੇਮੁਖ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਸਾਧਕ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਧਾਰ ਲਵੇ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਪੱਠੇ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਇਸ ਮਾਰਗ ਦੀ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰੁਕਾਵਟ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਬੰਧਨ ਹੈ।[1] ਜੇ ਕਿਤੇ ਇਹ ਸੰਘਣੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਹੰਕਾਰ, ਅਭਿਮਾਨ ਤੇ ਗਰਬ ਤਕ ਅਪੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਬੜੀ ਰੁਕਾਵਟ ਲਿਆ ਖੜੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤਿ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਭਿਮਾਨ ਜਾਂ ਅਹੰਕਾਰ ਦੀ ਟੇਢ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਗ ਪਈ,[2] ਕਿਤੇ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਈਰਖਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ; ਕਿਤੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ? ਜੇਕਰ ਐਸਾ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਐਸੀਆਂ ਨੈਤਿਕ ਕਮੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰੁਸਤ ਕਰਨ ਦਾ, ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠਣ ਲਈ ਜਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਆਪਣਾ ਵਾਹ ਨਾ ਲੱਗਦਾ ਭਾਸੇ ਤਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸੰਪੰਨ ਸਹਾਇਤਾ ਮੰਗਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਹੀ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਰਾਹ ਦਿਖਾਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦੀ ਆਸ ਵੀ ਬੱਝ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸਾਧਨਾ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਅਭਿਮਾਨ ਤੇ ਹੈਂਕੜ ਹੀ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਚੰਗੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਭੁੱਲੜ ਸਾਧਕ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੀ ਢੀਠਤਾਈ ਨਾਲ ਐਸੇ ਸ਼ਿਸ਼ਟ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਐਸੀ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਦਸ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਜਾਗਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[3] ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ :

ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਪੁਰਸਲਾਤ ਕੰਨੀ ਨ ਸੁਣੀ ਆਇ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1377)*

ਸੋ, ਹਰ ਸਮੇਂ ਅਤਿਅੰਤ ਖ਼ਬਰਦਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

---

1. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
2. ਹਉ ਅਭਿਮਾਨ ਟੇਢ ਪਗਰੀ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 856)*
3. ਜਾਗ ਲੇਹੁ ਰੇ ਮਨਾ ਜਾਗ ਲੇਹੁ ਕਹਾ ਗਾਫਲ ਸੋਇਆ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੯ ਕਾਫੀ, ਪੰਨਾ 726)*

16.9.3 ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਗਾਸ

ਪੱਤੇ ਕਿਰਦੇ ਹਨ, ਬਿਨਾਂ ਜਤਨ, ਪੂਰਨ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨਾਲ, ਹਵਾ ਜਿੱਧਰ ਲੈ ਜਾਏ, ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਪੰਧ ਮੁਕੱਰਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਸੱਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਬੀਜ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਉਪਜ ਸੱਚ ਤੋਂ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਸੱਚ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦ ਸੀ, ਸਿਰਜਣਾ ਵੇਲੇ ਵੀ ਇਹ ਕਾਇਮ ਸੀ, ਹੁਣ ਵੀ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਸਦਾ ਸਦਾ ਇਸ ਨੇ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।[1] ਜੇਕਰ ਇਸ ਬੀਜ ਉਪਰ ਅਵਿਰਲ ਧਿਆਨ ਦੀ ਫੁਹਾਰ ਪੈਂਦੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਸ ਬੀਜ ਵਿੱਚੋਂ ਫੁਟਾਓ ਉਠਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫੁਟਾਓ ਸੰਜਮ ਤੇ ਸੰਤੋਖ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੰਭਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਫੁਟਾਓ ਨੂੰ ਫਿਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਫੁੱਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪੈਦਾ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਸਾਧਕ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚੋਂ ਇਉਂ ਫੁੱਟ ਫੁੱਟ ਕੇ ਚਾਰ ਚੁਫੇਰੇ ਨੂੰ ਸੁਗੰਧਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਹਿਰਨ ਦੇ ਨਾਫ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਸਤੂਰੀ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਫੁੱਟ ਕੇ ਚੁਵੱਲੇ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਫੁੱਲ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਫਿਰ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਫਲ ਪਨਪਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਸੱਚ ਦੇ ਵਪਾਰੀ ਹੋ ਕੇ ਸੱਚ ਵਿਹਾਜੀਏ।[2] ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਹੈ। ਸੱਚ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਜੂਰਨ, ਭਾਵ ਜਜ਼ਬ ਹੋਣ ਦੇਵੀਏ, ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਦੇਵੀਏ। ਕੇਵਲ ਸੱਚ ਬੋਲਣਾ ਹੀ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ, ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਤੇ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸਚਿਆਰਤਾ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਲੋੜੀਏ। ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਸਚਿਆਰਤਾ ਤਦੇ ਹੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਸੱਚੇ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰੀਏ, ਉਸ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਜੋੜੀਏ। ਜਦੋਂ ਧਿਆਨ ਜੁੜਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਇਕ ਖੇੜਾ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਿਆਪਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਭ ਥਾਈਂ ਪਸਰੀ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਸਾਰੇ ਬੰਧਨ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਉਂ ਜਦ ਬੰਧਨ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮੋਖ ਅਥਵਾ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਸਹਿਜ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[3] ਇਹੋ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਿਖਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ।

---

1. ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 1)*
2. ਸਚੇ ਕਾ ਵਾਪਾਰੀ ਹੋਵੈ ਸਚੋ ਸਉਦਾ ਪਾਇਦਾ ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1036)*
3. ਜੋ ਜੋ ਸੁਣੈ ਕਹੈ ਸੋ ਮੁਕਤਾ ਰਾਮ ਜਪਤ ਸੋਹਾਇ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 881)*

16.9.4 ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਖੰਡ

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਉੱਨਤੀ ਨੂੰ 'ਅੰਕੁਰ ਫੁੱਟਣ' ਦੇ ਨਾਲ ਤਸ਼ਬੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ 34ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਤੋਂ 37ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਤਕ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਖੰਡਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਖੰਡਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਧਰਮ ਖੰਡ, ਗਿਆਨ ਖੰਡ, ਸਰਮ ਖੰਡ, ਕਰਮ ਖੰਡ ਤੇ ਸਚਖੰਡ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਦਾ ਹੈ, ਇਥੇ ਖੰਡ ਦਾ ਅਰਥ ਕੀ ਹੈ? ਖੰਡ ਦਾ ਲਫ਼ਜ਼ੀ ਅਰਥ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਹਿੱਸਾ ਜਾਂ ਭਾਗ। ਪਰ ਕਾਹਦਾ ਭਾਗ? ਇਹ ਗੱਲ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀਆਂ ਉਪਰੋਕਤ ਪਉੜੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਕੋਈ ਗਵਾਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਤੇ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਥਾਨਵਾਚੀ ਅਰਥ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।[1] ਕੁਝ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਅੰਦਰ ਗੋਲਾਕਾਰ ਕੋਸ਼ ਕਰ ਮੰਨਿਆ ਹੈ।[2] ਕਈਆਂ ਨੇ ਖੰਡਾਂ ਨੂੰ ਉਪਾਸਨਾ ਕਾਂਡਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਹੈ।[3] ਕਈ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੂਖਮ ਜਗਤ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।[4] ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਸੂਚਕ ਕਰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ।[5] ਕੁਝ ਲੇਖਕ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਵਾਚੀ ਅਰਥ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।[6] ਇਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਧਕ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹਰ ਖੰਡ ਤੋਂ ਅਗਲੇ ਖੰਡ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਵੇਦਾਂਤ ਤੇ ਪੰਜ ਕੋਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਯੋਗ ਦੇ ਅੱਠ ਅੰਗਾਂ ਨਾਲ ਵੀ; ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਸੱਤ ਤਬਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਤੇ ਈਸਾਈ ਮਤ ਦੇ ਪੰਜ ਆਤਮਿਕ ਪੜਾਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ। ਪਰ ਹਰ ਸੂਰਤ ਤੁਲਨਾ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਰੁਚੀ ਤੇ ਵਾਕਫ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਤੁੱਛ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਖੰਡ ਸਥਾਨ ਵਾਚੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ (Land-scapes) ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਆਤਮਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਜਾਂ ਰੂਹਾਨੀ ਨਜ਼ਾਰੇ (Spirit-scapes) ਹਨ। ਇਹ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਹਨ ਜਾਂ ਉਪਰ ਥੱਲੇ, ਵਾਫ਼ਰ ਭੂਮੀਗਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ ਹਨ। ਸਚਖੰਡ ਅਪੜਨ ਲਈ ਧਰਮ, ਗਿਆਨ, ਸਰਮ ਤੇ ਕਰਮ ਸਭ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਪੁਜੀ ਦੇ ਖੰਡਾਂ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਹਨਾਂ ਨਜ਼ਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦੂਜਾ ਮੰਨੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਸੂਚਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

---

1. ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੋਢੀ ਹਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ, ਮਨਮੋਹਨ ਸਿੰਘ, ਖ਼ੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ, ਆਦਿ।
2. ਜਿਵੇਂ ਡਾ. ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਦੀਵਾਨਾ, ਸ੍ਰੀ ਵਿਨੋਬਾ ਭਾਵੇ, ਆਦਿ।
3. ਜਿਵੇਂ ਕਵੀ ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ, ਸੰਤ ਗੁਲਾਬ ਸਿੰਘ, ਸੰਤ ਉਤਮ ਸਿੰਘ, ਆਦਿ।
4. ਜਿਵੇਂ ਭਾਈ ਰਣਧੀਰ ਸਿੰਘ।
5. ਜਿਵੇਂ ਡਾ. ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ।
6. ਜਿਵੇਂ ਡਾ. ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ, ਸ: ਸੋਹਨ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਤੇਜਾ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਤਾਰਨ ਸਿੰਘ, ਆਦਿ।

16.9.4.1.1 ਧਰਮ ਖੰਡ - 1

ਜਦ ਗੁਰੂ, ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਜੋਤਿ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਧਰਮ ਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਗਟਦਾ ਹੈ।

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥
ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥ ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ ॥
ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥ ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥
ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥ ਸਚਾ ਆਪਿ ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥
ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥ ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥
ਕਚ ਪਕਾਈ ਓਥੈ ਪਾਇ ॥ ਨਾਨਕ ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥
ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਲਖਾਇਕ ਹਨ। ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ਸਥਾਨ ਦੇ ਲਖਾਇਕ ਹਨ। ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਰਲਵੇਂ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਹੋਈ। ਇਸ ਧਰਤੀ ਪੁਰ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਨਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਜੀਅ ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਧਰਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਕ ਧਰਮਸਾਲ ਹੈ। ਧਰਮਸਾਲ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹਨ : ਇਕ ਧਰਮ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਅਥਵਾ ਕਰਮ ਭੂਮੀ, ਤੇ ਦੂਜਾ ਬਿਨਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਥੋੜਾ ਚਿਰ ਠਹਿਰਨ ਦੀ ਥਾਂ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਅਰਥ ਇਥੇ ਸੰਗਤ ਹਨ। ਜੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਰਹਿਣਾ ਵੀ ਥੋੜਾ ਚਿਰ ਹੈ ਤੇ ਧਰਮ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਆਸ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ।

ਇਹ ਧਰਮ ਕੀ ਹੈ ?

ਸਰਬ ਧਰਮ ਮਹਿ ਸ੍ਰੇਸਟ ਧਰਮੁ ॥
ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਨਿਰਮਲ ਕਰਮੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 266)*

ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਤਾਂ ਹਰ ਖੰਡ ਵਿਚ ਹੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।[1] ਸਾਧਕ ਨੇ ਇਥੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਵਿਰੇਚਨ ਵੀ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੱਗੋਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਮਲ ਤੇ ਕੋਮਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਜਾਚ ਵੀ ਸਿੱਖਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੱਚੇ ਦਰਬਾਰ (ਮਾਲਕ ਦੀ ਦਰਗਾਹ) ਵਿਚ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਕੱਚੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਸੱਚੇ ਕਰਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨਖੇੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੋਈ ਉਥੇ ਜਾ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਾ ਕੇਵਲ ਇਹ ਲੇਖਾ ਹੁੰਦਾ ਵੇਖ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋਏ (ਪੰਚਾਂ) ਨੂੰ ਉਸ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਸੋਹੰਦੇ ਵੀ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੇ ਜੋ ਪਾਪ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚ ਉਹ ਹਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :

ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਉਪਾਇ ਕੈ ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥
ਓਥੈ ਸਚੇ ਹੀ ਸਚਿ ਨਿਬੜੈ ਚੁਣਿ ਵਖਿ ਕਢੇ ਜਜਮਾਲਿਆ ॥
ਥਾਉ ਨ ਪਾਇਨਿ ਕੂੜਿਆਰ ਮੁਹ ਕਾਲ੍ਹੈ ਦੋਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ॥
ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਰਤੇ ਸੇ ਜਿਣਿ ਗਏ ਹਾਰਿ ਗਏ ਸਿ ਠਗਣ ਵਾਲਿਆ ॥
ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*

---

1. ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥ ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥
ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)*

16.9.4.1.2 ਧਰਮ ਖੰਡ - 2

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿੱਤਰਤਾ ਦੇ ਪਾਤਰ ਉਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਦਾ ਭਉ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਪੁਰਖਾਂ ਪੁਰ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਧਰਮ ਦਾ ਮਾਰਗ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਧਰਮ ਪਾਲਨ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਰੁਚੀ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੀ ਲੋੜ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਹੁਣ ਤਕ ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਭੱਜਾ ਫਿਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੁਣ ਲਿਵ ਲਾਉਣ ਹਿੱਤ ਮਨ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਇਸ ਲੋਕ ਨਾਲੋਂ ਉਸ ਲੋਕ ਵੱਲ ਵਧੇਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਉਸ ਦੇ ਮਨ-ਬਚ-ਕਰਮ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ ਦੀ ਲੋਚਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਕਰਮਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਪਛਤਾਵੇ ਜਾਗਦੇ ਹਨ। ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਵਿਰੇਚਨ ਕਰਨਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਹੋ ਸਕੇ। ਅੱਗੋਂ ਵਾਸਤੇ ਚੌਕਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਸੱਚੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰਮਾਂ ਉਪਰ ਹੀ ਹੋਣਾ ਹੈ।[1] ਹੁਣ ਉਹ ਸੋਚਦਾ ਹੈ:

ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਕੀਏ ਲਾਲਚ ਸਿਉ ਤੇ ਫਿਰਿ ਗਰਹਿ ਪਰਿਓ॥

(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 336)

ਹੁਣ ਐਸੇ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਿਆਂ ਅਨਿਵਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਤੋਂ ਭਉ ਖਾਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਤਕ ਫਿੱਕੇ, ਕੌੜੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਇਕੁ ਫਿਕਾ ਨ ਗਾਲਾਇ ਸਭਨਾ ਮੈ ਸਚਾ ਧਣੀ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਪੰਨਾ 1384)*

ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੋਲਾਂ ਵਿਚ ਸੁੱਚਮ, ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਤੇ ਮਿਠਾਸ ਅੰਕਣ ਲਈ ਜਤਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਤਿਤ ਪਾਵਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪਾਪੀ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹ ਪਤਿਤ ਪਾਵਨ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।[2] ਸੋ, ਉਸ ਮਾਲਕ ਦੀ ਕਿਰਪਾ, ਕਰੁਣਾ ਤੇ ਖਿਮਾ ਦਾ ਆਸਵੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਮ ਦਾ ਨੇਮ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਤੇ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਢਾਲਦਾ ਇਹ ਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਰਤੇ ਦੀ ਮਿਹਰ ਹੋਈ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਾ ਨੀਸਾਣ ਨਸੀਬ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਰੀਝਾਉਣ ਲਈ ਸੋਚਦਾ ਹੈ:

ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ॥
ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿਲੇ ਇਸ ਦੇ ਉੱਤਰ:

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

ਨੂੰ ਤਨਦੇਹੀ ਤੇ ਨੇਮ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ॥ ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

2. ਜਉ ਪੈ ਹਮ ਨ ਪਾਪ ਕਰੰਤਾ ਅਹੇ ਅਨੰਤਾ॥ ਪਤਿਤ ਪਾਵਨ ਨਾਮੁ ਕੈਸੇ ਹੁੰਤਾ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗ ਭਗਤ ਬੇਣੀ, ਪੰਨਾ 93)*

16.9.4.2.1 ਗਿਆਨ ਖੰਡ - 1

ਰਾਤਾਂ ਸੌਂ ਕੇ ਗੰਵਾ ਲਈਆਂ, ਦਿਨ ਧੰਧੇ ਧਾਵਣੀ ਵਿਚ।
ਇਉਂ ਹੀਰਿਆਂ ਜਿਹਾ ਕੀਮਤੀ ਜਨਮ ਕੌਡੀਆਂ ਬਦਲੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ॥ ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ॥
ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ॥
ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ॥
ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ ਸੂਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ॥ ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ॥
ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ॥
ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ॥
ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ ਨਾਨਕ ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥
ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ॥ ਤਿਥੈ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ॥

(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 7)

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਦਾ ਗਿਆਨ, ਬੌਧਿਕ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਅੰਤਰ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਅਨੁਭਵੀ ਗਿਆਨ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਸਹਜ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਸੁਤੇ-ਸਿਧ (Spontaneously) ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਇਹ ਦਿਸਦੀ ਤੇ ਅਦਿਸਦੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।[1]

ਇਹ ਮਾਮੂਲੀ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਪ੍ਰਚੰਡ ਗਿਆਨ ਹੈ। ਗਿਆਨ ਦੀ ਹਨੇਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਆਨ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2] ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਵਰਤਦੀ ਅਨੇਕਤਾ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਪਉਣ, ਪਾਣੀ, ਬੈਸੰਤਰ (ਤੱਤ) ਹਨ; ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਕਾਨ ਤੇ ਮਹੇਸ ਤੇ ਬਰਮੇ (ਅਵਤਾਰ, ਦੇਵਤੇ ਆਦਿ) ਹਨ, ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਰੂਪ ਹਨ, ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਵੇਸ ਹਨ। ਕਿਤਨੀਆਂ ਹੀ ਕਰਮ ਭੂਮੀਆਂ (ਧਰਤ-ਧਰਮਸਾਲ ਵਰਗੀਆਂ) ਮੌਜੂਦ ਹਨ; ਕਿਤਨੇ ਹੀ (ਸੁਮੇਰ ਵਰਗੇ) ਪਰਬਤ ਹਨ। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਧ੍ਰੂ ਜਿਹੇ (ਭਗਤ) ਹਨ, ਕਿਤਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਚੰਨ ਤੇ ਸੂਰਜ ਹਨ, ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਦੇਸ ਤੇ ਮੰਡਲ। ਸਿਧ, ਬੁੱਧ, ਤੇ ਨਾਥ ਵੀ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਹਨ; ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਹੀ ਦੇਵੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵੇਸ। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਦੇਵ ਹਨ, ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਮੁਨੀ ਤੇ ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਰਤਨਾਂ ਨਾਲ ਭਰੇ ਸਮੁੰਦਰ ਹਨ। ਕਿਤਨੀਆਂ ਹੀ (ਅੰਡਜ, ਜੇਰਜ, ਸੇਤਜ, ਉਤਭੁਜ) ਖਾਣੀਆਂ ਹਨ, ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਹਨ। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਰਾਜੇ ਤੇ ਮਹਾਰਾਜੇ ਹਨ। ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਸੁਰਤੀ ਤੇ ਸੇਵਕ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਇਸ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਕਾਦਰ ਦੀ ਬੇਅੰਤ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਤਜੱਲੀ ਦਰਸਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਓਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸੋਦਰੁ ਦੀ (27ਵੀਂ) ਪਉੜੀ ਵਿਚ, ਜਾਂ ਅਮੁਲ ਦੀ (26ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ) ਜਾਂ ਅਸੰਖ ਵਾਲੀਆਂ (17,18,19) ਪਉੜੀਆਂ ਵਿਚ। ਏਥੇ ਤਾਂ :

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ॥ ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 3)*

ਦੀ ਸਪਿਰਿਟ ਮੁੜ ਜਗਾਈ ਗਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

---

1. ਦੇਖੌ ਭਾਈ ਗ੍ਯਾਨ ਕੀ ਆਈ ਆਂਧੀ॥
ਸਭੈ ਉਡਾਨੀ ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਟਾਟੀ ਰਹੈ ਨ ਮਾਇਆ ਬਾਂਧੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 331)*
2. ਤੀਨ ਭਵਨ ਨਿਹਕੇਵਲ ਗਿਆਨੁ॥ ਸਾਚੇ ਗੁਰ ਤੇ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 414)*

16.9.4.2.2 ਗਿਆਨ ਖੰਡ - 2

ਅਗਿਆਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਪਾਰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਾਲੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਅਤਿ ਤੀਬਰ ਗਿਆਨ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਰੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰਚੰਡ ਜਲਵੇ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਮਹਾਨ ਆਤਮਾਵਾਂ (ਕਾਨ, ਮਹੇਸ਼, ਬਰਮੇ, ਦੇਵੀਆਂ) ਦੀਆਂ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਪਾਤਸ਼ਾਹਾਂ ਤੇ ਰਾਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰਾਜਸੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ; ਰਤਨ ਸਮੁੰਦਰ ਵਰਗੀਆਂ ਆਰਥਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ; ਸਿੱਧਾਂ, ਬੁੱਧਾਂ, ਨਾਥਾਂ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ; ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕਾਂ ਦੀਆਂ ਬੌਧਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ; ਤੱਤਾਂ ਤੇ ਖਾਣੀਆਂ ਦੀਆਂ ਭੌਤਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ; ਤੇ ਬੇਅੰਤ ਬਾਣੀਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਈ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ।

ਇਸ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦੇ ਰੂਬਰੂ ਹੋਇਆਂ ਜੋ ਅਸਚਰਜ ਭਾਵ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਵਰਣਨ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦੇ ਭਾਵ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤੇ ਆਨੰਦ ਦੇ ਭਾਵ, ਦੈਵੀ ਭਉ (awe) ਦੇ ਭਾਵ, ਸਿਫ਼ਤੀ (ਵਾਹ ਵਾਹ) ਦੇ ਭਾਵ, ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇ ਭਾਵ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰਲ ਕੇ ਇਹ ਭਾਵ ਵਿਸਮਾਦ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਜੋ ਕੁਝ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ਕੋਡ (ਤਮਾਸ਼ਾ, ਕੌਤਿਕ) ਹੋ ਕੇ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਦੈਵੀ ਖੇਡ ਖੇਡੀ ਜਾ ਰਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਅਨਹਦ ਨਾਦ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ (ਬਿਨੋਦ) ਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਾਟ, ਇਹ ਨਾਦ, ਇਹ ਬਿਨੋਦ ਸਭ ਰਲ ਕੇ ਅਕਹਿ ਆਨੰਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ ਦਾ ਵਿਸਮਾਦਜਨਕ ਅਨੁਭਵ ਇਸ ਪਉੜੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੰਗ ਹੈ।[1] ਇਸ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਨੁਭਵੀ ਸੁਤੇ ਹੀ ਗਿਆਨ-ਗੀਤ ਸ੍ਰਵਣ ਕਰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।[2] ਉਸ ਨੂੰ ਸਰਗੁਣ ਬ੍ਰਹਮ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਨਿਰਗੁਣ ਬ੍ਰਹਮ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਦੀ ਆਤਮ-ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਆਤਮਾ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਨਾਟ (ਕੋਡ) ਪੰਚ ਸ਼ਬਦੀ ਸੰਗੀਤ (ਨਾਦ) ਤੇ ਨਾਟ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ (ਬਿਨੋਦ) ਸਭ ਆਤਮਾ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਰਹੱਸ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਤੇ ਸਾਰਾ ਨਾਟ ਇਕ ਰਹੱਸਵਾਦੀ ਨਾਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਵਿਰਾਟ ਰੂਪ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਜਗਤ ਸਥੂਲ ਜਗਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਸੂਖਮ ਜਗਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਤਮਾ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਐਸਾ ਗਿਆਨੁ ਸੁਨਹੁ ਅਭ ਮੋਰੇ॥ ਭਰਿਪੁਰਿ ਧਾਰਿ ਰਹਿਆ ਸਭ ਠਉਰੇ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 411)*
2. ਅਖਰੀ ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)*

16.9.4.3.1 ਸਰਮ ਖੰਡ - 1

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਅੱਖ ਫਰਕਦਿਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥ ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥
ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥ ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥
ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥ ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥

(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 4)

ਪੰਜਾਂ ਖੰਡਾਂ ਦੀਆਂ ਪਉੜੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਪਉੜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਖੇਪ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਕੁਲ ਛੇ ਪੰਕਤੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਕੇਵਲ ਇਤਨਾ ਹੀ ਕਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਓਥੋਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਥੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਕਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਿੱਛੋਂ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖੰਡ ਨੂੰ ਹਨੇਰੀ ਘਾਟੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਪਿੱਛੇ ਹਟਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਅੱਗੇ ਦੀ ਵਾਟ ਅਮੁੱਕ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਖੰਡ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸ੍ਰਮ ਅਥਵਾ ਘਾਲਨਾ ਦਾ ਖੰਡ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਨਾਮ ਜਾਪ ਹਰ ਖੰਡ ਵਿਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਅਵਿਰਲ ਪੰਘਾਰ ਲੱਗਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਖੰਡ ਦੀ ਬਾਣੀ (ਸ਼ੈਲੀ) ਰੂਪ ਹੈ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁੰਦਰਤਾ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾਧਕ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਵਿਚ ਮਾਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਾਧਕ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਅੰਦਰ ਹੈ। ਇਹ 'ਕੁਦਰਤ ਵਸਿਆ' ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ ਝਲਕਾਰਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਏਕਤਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ।

ਉੱਦਮ ਤੇ ਘਾਲਣਾ (ਸ੍ਰਮ) ਅਥਵਾ ਨਾਮ ਕਮਾਈ ਦੇ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਸੁਹਜ ਮਈ ਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਸੁਹਜ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰਤਾ ਹੈ।

ਫਿਰ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੇ ਇਸ ਮਹਾ-ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਦਾ ਨਵ-ਨਿਰਮਾਣ (ਘਾੜਤ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਬੋਸੀਦਾ ਪੱਖ ਢਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਨਵ-ਰੂਪ (ਨਵੀਂ ਘਾੜਤ) ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਤੀਬਰ ਆਭਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਅਜੇ ਇਕ ਵਿਥ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਥ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਧੀਰਜ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਪ੍ਰੇਮ-ਬਿਰਹਾ ਪ੍ਰਚੰਡ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਰਹੇ ਦਾ ਤਸੱਵਰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਆਪਣੇ ਇਕ ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਦਿੱਤਾ ਹੈ:

ਚੂੜਾ ਭੰਨੁ ਪਲੰਘ ਸਿਉ ਮੁੰਧੇ ਸਣੁ ਬਾਹੀ ਸਣੁ ਬਾਹਾ ॥
ਏਤੇ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀਏ ਮੁੰਧੇ ਸਹੁ ਰਾਤੋ ਅਵਰਾਹਾ ॥
ਨਾ ਮਨੀਆਰੁ ਨ ਚੂੜੀਆ ਨਾ ਸੇ ਵੰਗੁੜੀਆਹਾ ॥
ਜੋ ਸਹ ਕੰਠਿ ਨ ਲਗੀਆ ਜਲਨੁ ਸਿ ਬਾਹੜੀਆਹਾ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨੇ 557-58)*

ਏਡੇ ਤੀਬਰ ਬਿਰਹਾ ਸਦਕੇ ਸਾਰੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ—ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ ਤੇ ਬੁਧਿ ਦਾ ਨਵ-ਨਿਰਮਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਿੱਧਾਂ ਵਾਲੀ ਸੁੱਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

16.9.4.3.2 ਸਰਮ ਖੰਡ - 2

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ : ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ, ਸਫ਼ਰ ਵਿਚ ਧਿਆਨਵਾਨਤਾ ਤੇ ਸੋਘਵਾਨਤਾ ਤੇ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤਕ ਅਪੜਨ ਲਈ ਇਰਾਦੇ ਦੀ ਪਕਿਆਈ।

ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਸੁਰਾਂ ਸਿਧਾਂ ਦੀ ਸੁਧਿ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਦ੍ਵੈਤ, ਵੇਦਾਂਤ ਵਾਲੇ, ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਨੂੰ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਭਾਗ ਚਿਤਵਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਇਸ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਆਏ ਸੁਰਤਿ ਨੂੰ ਚਿੱਤ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਤਿ ਨੂੰ ਮਮਤਵ ਅਥਵਾ ਅਹੰਕਾਰ। ਅਹੰਕਰਣ ਸਰੀਰ ਤੇ ਆਤਮਾ ਵਿਚਾਲੇ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਦਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਰਮ-ਖੰਡ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਏ ਹੁੰਦੇ। ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਘਨਘੋਰ ਤਪੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਾ ਅਹੰਕਾਰ ਪਹਿਲੇ ਵਾਲਾ ਅਹੰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਮਤਿ ਨਾ ਬੁਧਿ ਨਾ ਸੁਰਤਿ। ਇਹ ਸਭ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਹੋ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਪਹਿਲੀਆਂ ਵਾਦੀਆਂ ਝੜ ਗਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਉੱਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵ, ਵਿਸਰਜਨ ਤੇ ਸਿਰਜਣ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਨਵੀਂ ਸੁੰਦਰਤਾ ਰੂਪਮਾਨ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ ਬਦਲ ਕੇ ਆਤਮ ਸੰਪੰਨਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੁਰਤਿ ਧਿਆਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਅੰਕੁਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੁਧਿ, ਸਤਿ ਤੇ ਅਸਤਿ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਿਬੇਕੀ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਮਤਿ, ਆਤਮਾ ਦੀ ਸੋਇ ਮੰਨਣ ਵਾਲੀ ਬਿਰਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਮੰਨੈ ਦੀਆਂ ਪਉੜੀਆਂ ਵਿਚ ਚਾਰ ਤੁਕਾਂ ਐਸੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਖੰਡ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਤੁਕਾਂ ਨਾਲ ਬੜਾ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਹਨ :

(1) **ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ॥ ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ॥** *(ਪਉੜੀ 12)*

ਤੇ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ :

ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ॥ ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ॥ *(ਪੰਕਤੀ 2-3)*

(2) **ਮੰਨੈ ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥ ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ॥** *(ਪਉੜੀ 13)*

ਤੇ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ :

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥ ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ॥ *(ਪੰਕਤੀ 5-6)*

ਸੋ, ਮਤਿ ਦਾ ਅਰਥ ਮੰਨਣ-ਸ਼ਕਤੀ ਹੋਣਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਨਹੀਂ।

ਇਕ ਗੱਲ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਕਿ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ ਤੇ ਬੁਧਿ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਿਹਾਰੀ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਦੋਹੀਂ ਥਾਈਂ ਸਿਹਾਰੀ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ? ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਤਾਂ ਨਿਕਲੇਗਾ ਮਨ ਵਿਚ। ਇਸ ਲਈ ਇਥੇ ਮਨ ਦਾ ਅਰਥ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਮਨ ਪਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਤਮਾ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ :

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 441)*

ਜੇ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਮਨਿ ਦਾ ਅਰਥ ਆਤਮਾ ਕਰੀਏ ਤੇ ਮਨਿ ਨੂੰ ਦੇਹੁਰੀ ਦੀਪਕ ਮੰਨ ਲਈਏ ਤਾਂ ਉਪਰੋਕਤ ਤੁਕਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਨਿਕਲੇਗਾ ਕਿ ਇਥੇ ਨਿਰਮਲ, ਸੁਰਤਿ, ਸੂਖਮ ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਆਤਮਾ (ਮਨਿ) ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸੋਝੀ (ਸੁਧਿ) ਦੀ ਵੀ ਪੁਨਰ ਘਾੜਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਅਨੰਤ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

16.9.4.4.1 ਕਰਮ ਖੰਡ - 1

ਪਾਣੀ ਦਾ ਤੁਪਕਾ ਬੜਾ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਸਰੋਵਰ
ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਹ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸੁੱਕਦਾ।

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ॥ ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ॥
ਤਿਥੈ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ॥ ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ॥
ਤਿਥੈ ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ॥ ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ॥
ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ॥ ਜਿਨ ਕੈ ਰਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਮਾਹਿ॥
ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੇ ਲੋਅ॥ ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

ਕਰਮ ਖੰਡ, ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਖੰਡ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਹਰ ਖੰਡ ਵਿਚ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਕੁਝ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਅੱਪੜ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਭਰਮ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੁਧੀ ਮਿਹਰਾਮਤ ਅਪਾਰ ਹੋ ਕੇ ਵਰਤਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਨਿੱਪਟ ਨਿਬੜ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। 'ਜੋਰੁ' ਦਾ ਅਰਥ ਏਥੇ ਜੋੜ ਹੈ[1], ਤੇ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਜੀਆਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ।

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਰਮੇ ਹੋਏ ਰਾਮ ਅਥਵਾ ਸੱਚ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਇਆਂ ਦੇ ਸਿਵਾਏ "ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ"। ਇਥੇ ਉਹ ਮਹਾਬਲੀ ਸੂਰਮੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਰਾਮ ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਇਥੇ ਉਹ ਸੀਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਵਿਚ ਪਰੁੱਤੀਆਂ (ਸੀਤੀਆਂ)[2] ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਉਥੇ ਭਗਤ ਹਨ ਕਈ ਲੋਆਂ ਦੇ, ਜੋ ਸੱਚੇ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਨੂੰ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਸਾਰੇ ਹੁਣ ਅਮਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਜਮ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਤੇ ਮਾਇਆ ਠੱਗ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਇਤਨੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਕਥੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਰਾਮ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਵੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਆਤਮਾਵਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

"ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ" ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਵੀ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਦ੍ਵੈਤ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹੈ। ਜਦ ਸਾਧਕ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਰਾਮ ਅਥਵਾ ਸੱਚ ਸਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕਾਸੇ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਸਾਧਕ ਸੱਚ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਆਪ ਵੀ ਸਚਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਇਕ ਵਿਚਿੱਤਰ ਇਕਸਾਰਤਾ ਵਰਤਦੀ ਹੈ; ਉਪਾਸਕ ਤੇ ਉਪਾਸਯ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ, ਆਪਸ ਵਿਚ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਸਾਜੁਜ ਮੁਕਤੀ ਵਰਤਦੀ ਭਾਸਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਉਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਹੀ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਭਾਵ, ਸਾਰੂਪ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਜਾਣੀ ਹੈ।

---

1. ਜਿਵੇਂ "ਕੋਈ ਜਨੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਦੇਵੈ ਜੋਰਿ" (ਜੈਤਸਰੀ ਮ: ੪) ਵਾਲੀ ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ।
2. ਕਈ ਵਿਦਵਾਨ "ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ" ਦਾ ਅਰਥ ਸ਼੍ਵੇਤਾ ਅਸ਼੍ਵੇਤ (=ਚਿੱਟਾ ਤੇ ਕਾਲਾ) ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਥੇ ਹਰ ਰੰਗ ਨਸਲ ਦੇ ਦੇਵਤੇ ਮਹਿਮਾ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਕਿ ਉਥੋਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਾਸੀ ਸ਼੍ਵੇਤ (ਨਿਰਗੁਣ) ਅਸ਼੍ਵੇਤ (ਸਰਗੁਣ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਵਿਚ ਵਿਅਸਤ ਹਨ।

16.9.4.4.2 ਕਰਮ ਖੰਡ - 2

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਮਿਹਨਤ ਤੇ ਰਹਿਮਤ ਦੋਵੇਂ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਰਹਿਮਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਿਹਨਤ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਸਰਮ ਖੰਡ ਤੋਂ ਸਾਧਕ ਮਨੁੱਖੀ ਪੂਰਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਪੂਰਨਤਾ ਨਹੀਂ। ਦੈਵੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕਾ ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਇਕਸੁਰਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਇਕਸੁਰਤਾ ਕਾਰਨ ਦੋਵੇਂ ਸਿਰੇ ਇਕ ਹੁੰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ:

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰਤਾ ਨਾ ਹਮ ਡਰਿਆ॥ ਨਾ ਓਹੁ ਬਿਨਸੈ ਨਾ ਹਮ ਕੜਿਆ॥
ਨਾ ਓਹੁ ਨਿਰਧਨੁ ਨਾ ਹਮ ਭੂਖੇ॥ ਨਾ ਓਸੁ ਦੂਖੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਦੂਖੇ॥੧॥
ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਊ ਮਾਰਨਵਾਰਾ॥ ਜੀਅਉ ਹਮਾਰਾ ਜੀਉ ਦੇਨਹਾਰਾ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
ਨਾ ਉਸੁ ਬੰਧਨ ਨਾ ਹਮ ਬਾਧੇ॥ ਨਾ ਉਸੁ ਧੰਧਾ ਨਾ ਹਮ ਧਾਧੇ॥
ਨਾ ਉਸੁ ਮੈਲੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਮੈਲਾ॥ ਓਸੁ ਅਨੰਦੁ ਤ ਹਮ ਸਦ ਕੇਲਾ॥੨॥
ਨਾ ਉਸੁ ਸੋਚੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਸੋਚਾ॥ ਨਾ ਉਸੁ ਲੇਪੁ ਨ ਹਮ ਕਉ ਪੋਚਾ॥
ਨਾ ਉਸੁ ਭੂਖ ਨ ਹਮ ਕਉ ਤ੍ਰਿਸਨਾ॥ ਜਾ ਉਹੁ ਨਿਰਮਲੁ ਤਾਂ ਹਮ ਜਚਨਾ॥੩॥
ਹਮ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਏਕੈ ਓਹੀ॥ ਆਗੈ ਪਾਛੈ ਏਕੋ ਸੋਈ॥
ਨਾਨਕ ਗੁਰਿ ਖੋਏ ਭ੍ਰਮ ਭੰਗਾ॥ ਹਮ ਓਇ ਮਿਲਿ ਹੋਏ ਇਕ ਰੰਗਾ॥੪॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 391)

ਹਮ ਅਤੇ ਓਇ ਦੋਵੇਂ ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਸੱਚੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਸਜੇ ਬੈਠੇ ਜੋ ਅਨੇਕਾਂ ਸੂਰਬੀਰ, ਸੀਤਾਵਾਂ ਤੇ ਭਗਤ ਆਦਿ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਵੀ ਇਸੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

"ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ" ਵਿਚ ਸੀਤਾ 'ਸੂਰਮੇ' ਤੇ 'ਭਗਤ' ਵਾਂਗ ਹੀ ਬਹੁ-ਵਚਨ ਹੈ। ਸੋ, ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਸੀਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਦੇਵੀਆਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਵਿਚ ਸੀਤੀਆਂ ਅਥਵਾ ਪਰੋਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਕਿ 'ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ', 'ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ' ਤੇ 'ਭਗਤ' ਦਾ ਇੱਕੋ ਹੀ ਅਰਥ ਹੈ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ, ਸੀਤੇ ਹੋਏ ਮਹਾਪੁਰਖ। ਸੀਤਾਵਾਂ 'ਰਾਮ ਨਾਲ ਰਤੀਆਂ' ਨਾਰਾਂ ਹਨ। ਪਰ ਅਧਿਆਤਮ ਵਿਚ ਤਾਂ ਪੁਰਖ ਇੱਕੋ ਹੀ ਹੈ, ਹੋਰ ਤਾਂ ਸਭ ਨਾਰਾਂ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਪਾਤ੍ਰ ਬਣਨ ਲਈ ਤਰਸਦੀਆਂ ਹਨ।[1] ਪਰ ਜੋ ਬਖ਼ਸ਼ੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਤੇ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਰੂਹਾਂ ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ "ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ"। ਜੇਕਰ ਸਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਣੀ ਔਖੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਔਖੀ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਖੰਡਾਂ ਵਿਚ ਸੰਜੋਗ ਵਿਜੋਗ ਵਾਰੋ-ਵਾਰੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਅਜੇ ਸੰਜੋਗ ਵਾਪਰਿਆ ਨਹੀਂ। ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਨਹੀਂ, ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਬਿਰਹਾ ਰੂਪ ਵਿਜੋਗ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਬਿਰਹਾ ਸਹਾਰਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਕ ਸਰਮ (ਘਾਲਨਾ) ਹੈ। ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਦੁਬਾਰਾ ਸੰਜੋਗ ਵਰਤਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਸੰਜੋਗ ਸਥਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

---

1. ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਪੁਰਖੁ ਏਕੁ ਹੈ ਹੋਰ ਸਗਲੀ ਨਾਰਿ ਸਬਾਈ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 591)*

16.9.4.5.1 ਸਚ ਖੰਡ - 1

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ॥

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ॥ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ॥
ਤਿਥੈ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ॥ ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ॥
ਤਿਥੈ ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ॥ ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ॥
ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ॥ ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ॥੩੭॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

ਸੂਰਵੀਰ, ਧਰਮਵੀਰ, ਕਰਮਵੀਰ, ਸਤਵੰਤੇ ਜੋ ਕਰਮ ਖੰਡ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵਿਗਾਸ ਕਰ ਸਕੇ, ਉਹ ਸੱਚ ਵਿਚ ਸਮਾ ਗਏ।[1] ਸੋ, ਸਚ ਖੰਡ ਵਿਚ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦੇ, ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਖੰਡਾਂ, ਮੰਡਲਾਂ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਿਚ ਮਸਰੂਫ਼ ਹੈ। ਉਸੇ ਦੀ ਮਿਹਰਾਮਤ ਆਪਣੀ ਨਦਰ ਨਾਲ ਇਸ ਸਿਰਜਣਾ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਿਰਜਣਾ ਬਾਰੇ ਇਸ ਦੀ ਅਨੰਤਤਾ ਤੇ ਅਨੇਕਤਾ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਕਿਹਾ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਥੇ ਬਸ ਇਤਨਾ ਹੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਜਣਾ ਉਸ ਦੇ ਸਫੁਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੋਈ ਤੇ ਸੰਭਾਲਣਾ ਉਸ ਦੀ ਨਦਰ ਹੇਠ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਇਆ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਸਮੂਹ ਆਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮੱਗਰ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਆਪ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਹਾਰ ਨਿਹਾਰ ਕੇ ਵਿਗਸਦਾ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਵੀ ਜੁਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਸਚ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰਗੁਣ ਸਰਗੁਣ ਵਿਚ ਵਟਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰਗੁਣ ਨਿਰਗੁਣ ਵਿਚ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ :

ਸਰਗੁਨ ਨਿਰਗੁਨ ਨਿਰੰਕਾਰ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਆਪਿ॥
ਆਪਨ ਕੀਆ ਨਾਨਕਾ ਆਪੇ ਹੀ ਫਿਰਿ ਜਾਪਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 290)*

ਨਿਰਗੁਣ ਨਿਰਪੇਖ ਸੱਚ ਹੈ ਤੇ ਸਰਗੁਣ ਸਾਪੇਖ ਸੱਚ। ਸਚ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਅਫੁਰ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਨਹੀਂ; ਉਸ ਦੇ ਅਫੁਰ ਤੋਂ ਸਫੁਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੀਏ, ਇਹ ਨਿਰਗੁਣ ਤੇ ਸਰਗੁਣ ਦਾ ਸੰਧੀ-ਬਿੰਦੂ ਹੈ। ਜੋ ਕੁਝ ਸਿਰਜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਫੁਰਨੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੁਝ ਲਯ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ।

ਚੇਤੇ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਸਚ ਖੰਡ ਕੋਈ ਭੌਤਿਕ ਸਥਾਨ ਨਹੀਂ, ਨਾ ਹੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਕੋਈ ਦੇਹਧਾਰੀ ਵਿਅਕਤੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਇਸ ਖੰਡ ਦਾ ਵੀ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਾਸੀ ਦਾ ਵੀ ਕਥਨ ਸਖ਼ਤ ਫ਼ੌਲਾਦ (ਕਰੜਾ ਸਾਰ) ਚਬਾਉਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।

---

1. ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਨ ਦੁਇ ਏਕ ਹੈ ਬਿਬ ਬਿਚਾਰ ਕਛੁ ਨਾਹਿ॥
ਜਲ ਤੇ ਉਪਜੇ ਤਰੰਗ ਜਿਉ ਜਲ ਹੀ ਬਿਖੈ ਸਮਾਹਿ॥੬੦॥੬॥ *(ਬਚਿਤ੍ਰ ਨਾਟਕ)*

16.9.4.5.2 ਸਚ ਖੰਡ - 2

ਕੂੜ ਨਿਖੁਟੇ ਨਾਨਕਾ ਓੜਕ ਸਚ ਰਹੀ।

ਸਚ ਖੰਡ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸਾਕਾਰ ਸਿਰਜਨਾ ਉਪਰ ਨਿਹਾਲਤਾ ਭਰੀ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਅਨੇਕ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ, ਮੰਡਲ ਤੇ ਖੰਡ ਉਸ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੇਠ ਪ੍ਰਫੁਲਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਅਸਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਸਚ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰਗੁਣ ਸਰਗੁਣ ਵਿਚ ਵਟਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰਗੁਣ ਨਿਰਗੁਣ ਵਿਚ। ਸਚ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮੂਲ ਦਸ਼ਾ ਅਵਿਅਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੀ ਇਸ ਅਵਿਅਕਤ ਦਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਲਯ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਇਰਾਦੇ (ਸ਼ਬਦ) ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸਾਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।[1]

ਸਚ ਖੰਡ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਮਾਲਕ ਸਤ ਪੁਰਖ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ। ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਖ਼ਾਤਰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰ ਕੇ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਦੋਵੇਂ ਇਕ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ, ਸਾਰਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਹ ਸਿਰਜਣਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਸਦੀਵੀ ਘਰ ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਹੋਂਦ ਦੋਵੇਂ ਇਕ ਹਨ ਤੇ ਏਹੋ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਫ਼ਰ ਦੀ ਅੰਤਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਉਹ ਬੋਲੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾ ਸਕੇ। ਬੋਲ ਸਾਡੇ ਤਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਚ ਖੰਡ ਉੱਚਤਮ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਬਾਤ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਕਥਨ ਕਰ ਸਕਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ:

ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 8)*

ਸਚ ਖੰਡ ਕੋਈ ਭੌਤਿਕ ਸਥਾਨ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਦਾਤ ਆਤਮ-ਦ੍ਰਿਸ਼ ਹੈ। ਇਥੇ ਆਤਮਾ ਦੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਸਦੀਵੀ ਸਮਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਥੇ ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੀ ਦਿਸਦਾ ਹੈ, ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।

---

1. ਉਤਪਤਿ ਪਰਲਉ ਸਬਦੇ ਹੋਵੈ॥ ਸਬਦੇ ਹੀ ਫਿਰਿ ਓਪਤਿ ਹੋਵੈ॥ *(ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 117)*

17.0 ਸਿਖਰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ

ਜਦ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਅਤਿ ਡੂੰਘੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸੰਗੀਤ, ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ, ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

17.1.1 ਵਿਸਮਾਦ - 1

ਵਿਸਮਾਦ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ 'ਵਿਸਮਯ' ਦਾ ਤਦਭਵ ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਹੈਰਤ ਜਾਂ ਹੈਰਾਨੀ ਅਥਵਾ ਅਸਚਰਜ। ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਸਾਧਾਰਨ ਅਸਚਰਜ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਚਰਮ ਅਸਚਰਜ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਭਉ (awe) ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਕ ਰੂਹਾਨੀ ਕਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ। ਇਹ ਕਿਸੀ ਐਸੀ ਅਨੂਪਮ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਹੱਦੋਂ ਬਾਹਰੀਨ ਵਡਿੱਤਣ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਰੂਹ ਨੂੰ ਸਰਸ਼ਾਰ ਵੀ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਮਰ ਵੀ। ਨਾਲੇ ਹੱਦੋਂ ਬਾਹਰੀ ਵਡਿੱਤਣ ਦੀ ਅਪਾਰਤਾ ਉਸ ਨੂੰ ਡੂੰਘੇ ਅਸਚਰਜ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਸਿਰਜੀ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਅਪਾਰ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਹਰ ਨਿੱਕੇ ਤੋਂ ਨਿੱਕੇ ਭਾਗ ਦੀ ਬੇਮਿਸਾਲਤਾ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕੀਤਿਆਂ ਐਸਾ ਅਨੁਭਵ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਜਿਵੇਂ ਵਾਰ ਆਸਾ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਦ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵੇਦ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਜੀਅ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੇਦ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੂਪ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੰਗ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਗੇ ਫਿਰਹਿ ਜੰਤ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਉਣੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਾਣੀ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਅਗਨੀ ਖੇਡਹਿ ਵਿਡਾਣੀ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਧਰਤੀ ਵਿਸਮਾਦੁ ਖਾਣੀ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਦਿ ਲਗਹਿ ਪਰਾਣੀ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵਿਜੋਗੁ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੁਖ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੋਗੁ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਿਫਤਿ ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਲਾਹ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਉਝੜ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰਾਹ॥
ਵਿਸਮਾਦੁ ਨੇੜੈ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੂਰਿ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੇਖੈ ਹਾਜਰਾ ਹਜੂਰਿ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 463-64)

ਇਹ ਵਿਸਮਾਦ ਸਾਧਾਰਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆਂ ਨਹੀਂ ਉਪਜਦਾ, ਧਿਆਨਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆਂ ਹੀ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਓਦੋਂ ਵਿਸਮਾਦ ਵਿਚ ਆਇਆ ਵੇਖਣਹਾਰਾ ਬੇਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕੂਕ ਉੱਠਦਾ ਹੈ:

ਵੇਖਿ ਵਿਡਾਣੁ ਰਹਿਆ ਵਿਸਮਾਦੁ॥ ਨਾਨਕ ਬੁਝਣੁ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ॥੧॥ *(ਉਹੀ)*

ਹੈਰਤ ਕਲਾ-ਕਿਰਤਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਹਰ ਕਲਾ ਕਿਰਤ ਕਿਸੀ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸਤੂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੀ ਸਥਾਪਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੌਂਦਰਿਆਤਮਕ ਹੈਰਤ ਤਾਂ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਵਿਸਮਾਦ ਨਹੀਂ। ਵਿਸਮਾਦ ਉਸੇ ਕਲਾ-ਕਿਰਤ ਥਾਣੀਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਪਿੱਛੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਤੇ ਅਪਾਰ ਲਗਨ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ।

ਜਿਸ ਅਪਰੰਪਰ ਕਲਾਕਾਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਇੱਕੋ ਕਵਾਓ ਨਾਲ ਹੀ ਨਿਹਾਇਤ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਤੇ ਅਤਿਅੰਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਕਾਇਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਕਉਣ ਲਖ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਉਸ ਦੀ ਸਾਜੀ ਹਰ ਵਸਤ ਇਕ ਤੋਂ ਇਕ ਭਿੰਨ ਹੈ:

ਮੇਰੈ ਪ੍ਰਭਿ ਸਾਚੈ ਇਕੁ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ॥ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਹੀ ਜੇਹਾ ਉਪਾਇਆ॥
ਆਪੇ ਫਰਕੁ ਕਰੇ ਵੇਖਿ ਵਿਗਸੈ ਸਭਿ ਰਸ ਦੇਹੀ ਮਾਹਾ ਹੇ॥ *(ਸੋਲਹੇ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1056)*

17.1.2 ਵਿਸਮਾਦ - 2

ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੈਰਤ ਸਾਇੰਸ ਦੀਆਂ ਚਕਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਢਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਸਾਇੰਸ ਦੀ ਹਰ ਕਾਢ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮੇ ਨੂੰ ਖੋਜ ਕੱਢਣ 'ਤੇ ਹੀ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਉਹ ਵੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚਲੀ ਹੈਰਤ ਹੀ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਹੈਰਤ ਡੂੰਘੀ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਨਾਲ ਅੰਦਰੋਂ ਜਾਗੇ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਦੇਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਅਸਚਰਜਤਾ ਬਿਆਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਪਰਦਾ ਦਿਸਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਭਰਪੂਰਤਾ ਵਾਲਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਇਤਨੀ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਤੇ ਇਤਨੀ ਤੀਬਰਤਾ ਨਾਲ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਯਾਦ-ਸ਼ਕਤੀ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਂਭ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਜੋ ਕੁਝ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਹਰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹਰ ਦੂਜੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕਰਿੰਗੜੀ ਮਾਰੀ ਦਿਸਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਚੇਤਨਾ ਪਾਸੋਂ ਇਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਨਖੇੜੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਐਸੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੀ ਇਸ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜੋ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਉਚਿਤ ਬੋਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦੇ। ਸੰਸਾਰਕ ਤੱਕਣੀ ਦਵੰਦਾਤਮਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ, ਉਪਰ-ਥੱਲੇ, ਸੱਜੇ-ਖੱਬੇ, ਭੂਤ-ਭਵਿੱਖ, ਗੁਪਤ-ਪ੍ਰਗਟ, ਚਿੱਟਾ-ਕਾਲਾ, ਸੁੰਦਰ-ਕੋਝਾ, ਹੋਂਦ-ਨਿਹੋਂਦ ਆਦਿ ਅਨੇਕਾਂ ਐਸੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੁੱਟ ਹਨ, ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਬਿਰਤੀ ਦੀ ਦਵੰਦਾਤਮਕਤਾ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਦਵੰਦ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦਾ। ਉਥੇ ਤਾਂ ਅਨੇਕਤਾ ਅੰਦਰ ਵੀ ਏਕਤਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਦਿਸਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਦਵੰਦਾਤਮਕ ਬਿਰਤੀ ਐਸੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਪਕੜ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਸਕਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਥੇ ਤਾਂ :

ਆਪਹਿ ਏਕ ਆਪਹਿ ਅਨੇਕ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 279)*

ਭਾਸ਼ਾ ਐਸੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਅਕੱਥ ਆਖ ਕੇ ਸੁੱਟ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਵਲ ਤਾਂ ਐਸਾ ਅਨੁਭਵ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਪਰ ਜੇ ਜਾਣਿਆ ਵੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਬਿਆਨਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ :

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ॥ *(ਜਪੁ, ਪੰਨਾ 2)*

ਇਕ ਪੱਖ ਰਹੱਸਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਹੋਰ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਹੈ ਉਸ ਆਦਿਮ ਨਾਦ ਦੀ ਪਛਾਣ ਜਿਸ ਤੋਂ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਈ ਤੇ ਜੋ ਅਜੇ ਤਕ ਵੀ ਕਾਇਮ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਿਰਜਣ-ਵਿਸਰਜਣ ਦਾ ਸਾਰਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਅਜੇ ਵੀ ਬਦਸਤੂਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਸੰਸਾਰਕ ਨਾਦ ਤਾਂ ਆਹਤ (ਟਕਰਾਓ) ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਪਰੋਕਤ ਨਾਦ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਟਕਰਾਓ ਦੇ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹੱਦ ਦਰਜੇ ਦੀ ਸੰਗੀਤਕਤਾ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿਚ ਪੰਜ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੰਗੀਤਕ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਸੁਣਾਈ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤਦੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੰਚ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਐਸੀ ਧੁਨੀ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤਾ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਦੀ ਸੂਚਕ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੀ ਸ੍ਰੋਤ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੈ। ਯਾ ਉਸ ਦੀ ਆਮਦ ਦੀ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ :

ਅਨਦਿਨੁ ਮੇਲੁ ਭਇਆ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ਘਰ ਮੰਦਰ ਸੋਹਾਏ॥
ਪੰਚ ਸਬਦ ਧੁਨਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ਹਮ ਘਰਿ ਸਾਜਨ ਆਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 764)*

17.2 ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ

ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ ਬਾਰੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਕਈ ਹੋਰ ਅਭਿਵਿਅੰਜਕ ਸ਼ਬਦ ਆਏ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ, ਅਨਾਹਦ ਤੂਰ, ਅਨਾਹਦ ਝੁਨਕਾਰ, ਅਨਾਹਦ ਬੈਣ, ਅਨਾਹਦ ਧੁਨਿ, ਆਦਿ। ਅਨਾਹਤ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਬਿਨਾ ਆਹਤ ਅਥਵਾ ਟਕਰਾਓ ਦੇ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ (ਆਵਾਜ਼)। ਪਰ ਪਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਨਿਰਮਲ ਤੇ ਪ੍ਰਾਕ੍ਰਿਤ ਵਿਚ ਅਰਥ ਹੈ ਸਦੀਵੀ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਸਾਰੇ ਅਰਥ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਰੱਖੀਏ ਤਾਂ ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ ਜਾਂ ਅਨਾਹਤ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ ਹੋਣਗੇ ਬਿਨਾ ਟਕਰਾਓ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਨਿਰਮਲ ਤੇ ਸਦੀਵ ਨਾਦ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਮਾਨਰਥਕ ਵੀ ਪਰਵਾਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ-ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਅਨਾਹਤ ਜਾਂ ਅਨਾਹਦ ਬਦਲ ਕੇ ਅਨਹਦ (= ਬੇਅੰਤ, ਜਿਸ ਦੀ ਹੱਦ ਨਾ ਹੋਵੇ) ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਾਰੇ ਅਰਥ ਇੱਕੋ ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਨਾਹਤ ਨਾਦ, ਇਸ ਨਾਤੇ, ਆਤਮ-ਮੰਡਲ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਕੁਵਾਓ ਦਾ ਲਖਾਇਕ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਹੈ 'ਆਹਤ ਸ਼ਬਦ' ਜੋ ਸ਼ੈਆਂ ਦੇ ਟਕਰਾਉਣ ਜਾਂ ਫਟਣ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਨਾਹਤ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਤਾਂ ਸਥੂਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਸਥੂਲ ਕੰਨਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਰਸ਼ੀ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜੋ ਨਾਮ-ਅਭਿਆਸੀ ਨੂੰ ਅਤਿਅੰਤ ਏਕਾਗਰਤਾ ਵਿਚ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਦਰਗਾਹੀ ਸੰਗੀਤ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸੋਦਰੁ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਨ ਕੀਤਾ, ਤੇ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਦਰਿ ਵਾਜਹਿ ਅਨਹਤ ਵਾਜੇ ਰਾਮ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 578)*

ਤੰਤ੍ਰ ਤੇ ਹਠ ਯੋਗ—ਖ਼ਾਸਕਰ ਸਿੱਧਾਂ ਤੇ ਨਾਥ-ਪੰਥੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਜਦ ਕੁੰਡਲਨੀ, ਇੜਾ ਤੇ ਪਿੰਗਲਾ ਥਾਣੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੋਈ, ਸੁਖਮਨਾ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਅਪੜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਫਲਸਰੂਪ ਪ੍ਰਾਣ ਉਪਰ ਵੱਲ ਚੜ੍ਹਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਹਿਜ ਚਕ੍ਰ ਉਪਰ ਦਸਮ ਦੁਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਅਨਾਹਦ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[1]

ਉਪਰੋਕਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ, ਨਾੜੀਆਂ ਤੇ ਕੁੰਡਲਿਨੀ ਨਾਲ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੋਈ ਵਾਸਤਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਅਨਹਤ ਨਾਦ ਨੂੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਹੱਥੀਂ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਸੰਗੀਤ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਮਹਿਜ-ਭਾਏ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਅਕਹਿ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਸਰਸ਼ਾਰ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰਤ ਨੂੰ ਚਉਥੇ ਪਦ ਵਿਚ ਲਿਜਾ, ਮੁਕਤ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹ ਪੰਜ ਧੁਨੀਆਂ ਵਾਲਾ ਸੰਗੀਤ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਦਾ ਲਖਾਇਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2]

---

1. ਉਲਟਤ ਪਵਨ ਚਕ੍ਰ ਖਟੁ ਭੇਦੇ ਸੁਰਤਿ ਸੁੰਨ ਅਨਰਾਗੀ॥
   ਆਵੈ ਨ ਜਾਇ ਮਰੈ ਨ ਜੀਵੈ ਤਾਸੁ ਖੋਜੁ ਬੈਰਾਗੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 333)*
2. ਪੰਚ ਸਬਦ ਧੁਨਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ਹਮ ਘਰਿ ਸਾਜਨ ਆਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 764)*

17.3 ਪ੍ਰਭੂ ਦਰਸ਼ਨ (ਦੇਖਦੇ ਸਾਰ)

ਰੱਬ ਇਤਨਾ ਦੂਰ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਤੋਂ ਦੁਰਾਡਾ ਕੁਝ ਵੀ ਅਨੁਮਾਨਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਇਤਨਾ ਨੇੜੇ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੇੜੇ ਵੀ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਵਰਗਾ ਵਿਰਾਟ, ਤੀਬਰ ਤੇ ਅਗੰਮ ਹੋਰ ਕੋਈ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਦ ਇਹ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਇਕ ਵਾਰ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਵਾਪਰੀ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਸ਼ਾਹਦੀ ਭਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ:

ਦਰਸਨ ਦੇਖਤ ਹੀ ਸੁਧਿ ਕੀ ਨ ਸੁਧਿ ਰਹੀ,
ਬੁਧਿ ਕੀ ਨ ਬੁਧਿ ਰਹੀ ਮਤਿ ਮੈ ਨ ਮਤਿ ਹੈ॥
ਸੁਰਤਿ ਮੈ ਨ ਸੁਰਤਿ ਅਉ ਧਿਆਨ ਮੈ ਨ ਧਿਆਨੁ ਰਹਿਓ,
ਗਿਆਨ ਮੈ ਨ ਗਿਆਨ ਰਹਿਓ ਗਤਿ ਮੈ ਨ ਗਤਿ ਹੈ॥
ਧੀਰਜ ਕੋ ਧੀਰਜੁ ਗਰਬ ਕੋ ਗਰਬੁ ਗਇਓ,
ਰਤਿ ਮੈ ਨ ਰਤਿ ਰਹੀ ਪਤਿ ਰਤਿ ਪਤਿ ਹੈ॥
ਅਦਭੁਤ ਪਰਮਦਭੁਤ ਬਿਸਮੈ ਬਿਸਮ ਅਸਚਰਜੈ ਅਸਚਰਜ,
ਅਤਿ ਅਤਿ ਹੈ॥੯॥ *(ਕਬਿੱਤ ਸਵੱਯੇ)*

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਾਰੇ ਗੁਰੂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਢਾਢੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਢਾਢੀ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਜਜਮਾਨ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰਦੇ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਦਾਨ ਮੰਗਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਢਾਢੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰਦੇ ਤੇ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਮੰਗਾਂ ਮੰਗਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਢਾਢੀ ਦਰਿ ਪ੍ਰਭ ਮੰਗਣਾ ਦਰੁ ਕਦੇ ਨ ਛੋਡੇ॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 323)*

ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਰੂ ਜੀ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਉਹ ਦਾਨ ਮੰਗਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਭ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਮਿਟ ਜਾਣ:

ਸੋ ਮੰਗਾ ਦਾਨੁ ਗੋੁਸਾਈਆ ਜਿਤੁ ਭੁਖ ਲਹਿ ਜਾਵੈ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਡਖਣੇ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1097)*

ਪਰ ਜਦੋਂ:

ਅਰਦਾਸਿ ਸੁਣੀ ਦਾਤਾਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਢਾਢੀ ਕਉ ਮਹਲਿ ਬੁਲਾਵੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਦੇਖਦਿਆ ਦੁਖ ਭੁਖ ਗਈ ਢਾਢੀ ਕਉ ਮੰਗਣੁ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵੈ॥ *(ਉਹੀ)*

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਖਦਿਆਂ ਹੀ ਸਾਧਕ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ ਹੋ ਉੱਠਦਾ ਹੈ।[1] ਸਿਰਫ਼ ਨਿਹਾਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਸ ਦੀ ਜਨਮ ਜਨਮ ਦੀ ਮੈਲ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,[2] ਕਿਲਵਿਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਨ ਸੀਤਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਐਸੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਕੇ ਸਭ ਮੋਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[4] ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਖਦਿਆਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹਿਰਦੈ ਕਮਲ ਖਿੜ ਉੱਠਦਾ ਹੈ:

ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਤ ਹੀ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ਜਲ ਰਸਿ ਕਮਲ ਬਿਗਾਸੀ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1197)*

---

1. ਨਾਨਕ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਨਿਹਾਲੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 200)*
2. ਜਨਮ ਮਰਣ ਕੀ ਮਲੁ ਕਟੀਐ ਗੁਰ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਨਿਹਾਲ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 45)*
3. ਦਰਸਨ ਦੇਖਿ ਸੀਤਲ ਮਨ ਭਏ॥ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਕਿਲਬਿਖ ਗਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 202)*
4. ਨਾਨਕ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਸਭ ਮੋਹੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 294)*

17.4.1 ਆਨੰਦ - 1

ਆਨੰਦ ਧਰਮ ਦਾ ਪਾਰਗਾਮੀ ਅਨੁਭਵ ਹੈ।

ਆਨੰਦ, ਸੁੱਖ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਭਾਵ ਹੈ। ਸੁੱਖ ਓਦੋਂ ਮਿਲਦਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ ਤੇ ਥੁੜ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਅਸਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ, "ਸਾਨੂੰ ਸੁੱਖ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ, ਪਰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।" ਉਹਨਾਂ ਪਾਸ ਧਨ ਹੈ, ਸੰਪੱਤੀ ਹੈ, ਔਲਾਦ ਹੈ, ਨੌਕਰ ਚਾਕਰ ਹਨ, ਸਵਾਰੀ ਹੈ—ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ, ਪਰ ਮਨ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ। ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਉਚੇਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਪਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਨਪਸੰਦ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਇਨਾਮ ਮਿਲ਼ਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਰੁਤਬਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮਣਾ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਥੁੜ-ਜੀਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਝੱਟ ਹੀ ਪੱਧਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਨੰਦ ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਭਾਵ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਦੋਨਾਂ ਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਦੀ ਇੱਕੋ ਸਾਂਝ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਆਕਾਂਖਿਆ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸੁੱਖ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਆਨੰਦ ਦਾ ਕਦੇ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁਬਾਰੇ ਉਹ ਅਨੁਭਵ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਕ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਝੋਰਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਝੋਰਾ ਵੀ ਨਾਪਸੰਦ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁੱਖ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਬੜੀ ਹੱਦ ਤਕ ਸਾਡੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਿਚ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਆਨੰਦ ਸਾਡੀ ਘਾਲਨਾ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਕ ਪਾਸੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਹਿਜ-ਸੁੱਖ ਆਖਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਰਸ ਕਿਹਾ ਹੈ:

ਸੁਖ ਸਹਜ ਆਨੰਦ ਰਸ ਜਨ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਉ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 48)*

ਸਹਿਜ-ਸੁੱਖ ਤੋਂ ਭਾਵ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਪੂਰਨ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਾਲਾ ਸੁੱਖ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਉਹ ਸੁੱਖ ਹੈ, ਜੋ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ—ਘਾਲਨਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ। ਰਸ ਤੋਂ ਭਾਵ ਇਕ ਸੁਹਜਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਹੈ। ਇਹ ਰਸ ਨਾਟ ਸ਼ਾਸਤਰ ਦੇ ਨੌਂ ਰਸਾਂ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਨਾਮ ਰਸ, ਹਰਿ ਰਸ ਜਾਂ ਭਗਤੀ ਰਸ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਭਗਤਾਂ ਨੂੰ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇਕ ਤਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦੂਜੇ ਅਵਿਰਲ ਹਰਿ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਇਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਤੀਜੇ ਆਪਣੇ ਹਰਿ ਵਿਚ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਸਮਾਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[1] ਉਹ ਤਾਂ:

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਣ ਕਹਿ ਗੁਣੀ ਸਮਾਵਣਿਆ ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 122)

---

1. ਭਗਤਾ ਮਨਿ ਆਨੰਦੁ ਹੈ ਸਚੈ ਸਬਦਿ ਰੰਗਿ ਰਾਤੇ ॥
   ਅਨਦਿਨੁ ਗੁਣ ਗਾਵਹਿ ਸਦ ਨਿਰਮਲ ਸਹਜੇ ਨਾਮਿ ਸਮਾਤੇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 69)*

17.4.2 ਆਨੰਦ - 2

ਆਨੰਦ ਧਾਰਮਿਕ ਜੀਵਨ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਛਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕੇਵਲ ਆਰਜ਼ੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਪੁਰਖ-ਅਨੰਦੀ ਜਾਂ ਅਨੰਦੀ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿ ਕੇ ਵੀ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ[1] ਤੇ ਪਰਮਾਨੰਦ ਕਹਿ ਕੇ ਵੀ।[2] ਜਦ ਉਹ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਨੰਦ ਰੂਪ ਦਿਖਾਲਦਾ ਹੈ।[3] ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਦੀਵੀ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ—ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਅਨਹਦ ਨਾਦ ਦਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸੰਗੀਤ ਜਗਾ ਕੇ।[4] ਤਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹਿਰਦੇ ਕਮਲ ਖਿੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[5]

ਜਦ ਵੀ ਪੂਰਨ ਆਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਰੀਆਂ ਉਪਾਧੀਆਂ ਤੇ ਵਿਰੁਚੀਆਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,[6] ਸੰਕਟ ਟਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[7] ਸੋਗ ਵਿਸੂਰੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[8] ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਬੁਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,[9] ਭਰਮ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[10] ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਉ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੰਧਨ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[11] ਫਿਰ ਮਨ ਨਿਹਚਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਭਟਕਦਾ ਨਹੀਂ।[12]

ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਆਨੰਦ' ਪਦ ਨੂੰ ਵਿਤੰਡੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ :

ਲੋਭੀ ਅਨਦੁ ਕਰੈ ਪੇਖਿ ਧਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 198)*

ਅਨਦ ਕੇਲ ਮਾਇਆ ਰੰਗਿ ਰਸੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 267)*

ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਵਿਤੰਡੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਦੇਵੀਏ ਤਾਂ ਆਨੰਦ ਦਾ ਜੋ ਰੂਪ ਕਰੀਬਨ ਹਰਥੇ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਰਹੱਸ ਕਾਰਨ ਅੰਦਰ ਵਧਾਈਆਂ ਆਨ ਵੱਜਦੀਆਂ ਹਨ।[13] ਫਿਰ :

ਅਨਦ ਮੰਗਲ ਕਲਿਆਣ ਨਿਧਾਨਾ॥
ਸੂਖ ਸਹਜ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਖਾਨਾ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 104)*

---

1. ਸਦਾ ਅਨੰਦ ਅਨੰਦੀ ਸਾਹਿਬੁ ਗੁਨ ਨਿਧਾਨ ਨਿਤ ਨਿੱਤ ਜਾਪੀਐ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 395)*
2. ਸੂਖ ਸਹਜ ਸਾਂਤਿ ਆਨੰਦਾ॥ ਜਪਿ ਜਪਿ ਜੀਵੇ ਪਰਮਾਨੰਦਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 194)*
3. ਜਉ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ਭਏ ਪ੍ਰਭ ਠਾਕੁਰ ਸਭੁ ਆਨਦ ਰੂਪੁ ਦਿਖਾਇਓ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 209)*
4. ਤਹ ਸਦਾ ਅਨੰਦ ਅਨਹਤ ਆਖਾਰੇ॥ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੀਰਤਨ ਆਧਾਰੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 237)*
5. ਕਵਲ ਪ੍ਰਗਾਸ ਸਦਾ ਆਨੰਦ॥ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਿ ਨਿਰੋਧਰ ਮੰਤ॥ *(ਥਿਤੀ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 298)*
6. ਹਉ ਛੁਟਕੈ ਹੋਇ ਅਨੰਦੁ ਤਿਹ ਹਉ ਨਾਹੀ ਤਹ ਆਪਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 260)*
7. ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਸੰਕਟ ਛੁਟਹਿ ਅਨਦ ਮੰਗਲ ਬਿਸ੍ਰਾਮ॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 320)*
8. ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਸਭਿ ਮਿਟੇ ਵਿਸੂਰੇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 378)*
9. ਮਨਿ ਆਨੰਦੁ ਮੰਤ੍ਰੁ ਗੁਰਿ ਦੀਆ॥ ਤ੍ਰਿਸਨ ਬੁਝੀ ਮਨੁ ਨਿਹਚਲੁ ਥੀਆ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 387)*
10. ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਮਨਿ ਭਇਆ ਅਨੰਦਾ॥ ਗਇਆ ਭਰਮੁ ਰਹਿਆ ਪਰਮਾਨੰਦਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 327)*
11. ਅਬ ਮੋਰੈ ਮਨਿ ਭਇਆ ਅਨੰਦ॥ ਭਉ ਚੂਕਾ ਟੂਟੇ ਸਭਿ ਫੰਦ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 392)*
12. ਭਏ ਅਨੰਦ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਅਬ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਕਤ ਹੀ ਨ ਜਾਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 373)*
13. ਮੇਰੈ ਮਨਿ ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਜੀਉ ਵਜੀ ਵਾਧਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 247)*

17.4.3 ਆਨੰਦ - 3

ਸੰਸਾਰਕ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਹੁਣ ਆਈ, ਹੁਣ ਆਈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ 'ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰੋ, ਉਸ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਸਿਫ਼ਤਿ ਗਾਉ। ਤਦ ਉਹ ਆਨੰਦ ਮਿਲੇਗਾ, ਜੋ ਕਦੇ ਵੀ ਘਟਦਾ ਨਹੀਂ।

ਹਿਰਨ ਦੇ ਨਾਫ਼ੇ ਵਿਚ ਕਸਤੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਆਉਂਦਾ ਮੰਨ ਕੇ ਉਸ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਢੂੰਡਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਸਲੀਅਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਇਹੋ ਗੱਲ ਅਗਿਆਨੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਖੂਹ ਭਰਿਆ ਪਿਆ ਹੈ,[1] ਤੇ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਭਾਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਉਸ ਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭਰਮ ਹੈ। ਉਹ ਅਮਰ ਭਾਸਦੀਆਂ ਅਨਿਤ ਵਸਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਭਾਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਅਸਲ ਸੁੱਖ ਦੇ ਸੋਮੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਦੀਵੀ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸੋਮਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੈ। ਬਾਹਰੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਤਾਂ ਸਭ ਛਿਨ ਭੰਗੁਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੁੱਖ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਦੀ, ਕੰਮ ਮਗਰੋਂ ਆਰਾਮ ਦੀ, ਆਰਾਮ ਮਗਰੋਂ ਕੰਮ ਦੀ, ਕਮਾਈ ਦੀ, ਲਾਭ ਦੀ, ਕਾਮ ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਦੀ—ਸਭ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਛਿਨ ਭੰਗੁਰ ਹਨ। ਅਸਲ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਪਛਾਣਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਸੈਭੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਸਦੀਵੀ, ਸੰਪੂਰਨ, ਸੰਪੰਨ! ਇਸੇ ਨੂੰ ਅਨੰਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਨਿਰੰਤਰ ਸਥਿਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਤ ਮੰਗਲ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[2] ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਮਗਨਤਾ ਦਾ ਰਸ ਟਪਕਦਾ ਹੈ।[3]

ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੁੱਖ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ, ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਸੁਆਦ, ਰੰਗਾਂ ਰੂਪਾਂ ਦਾ ਜਲਾਲ, ਸੁਗੰਧਾਂ ਤੇ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਕੋਮਲ ਮਲੂਕ ਸਪਰਸ਼—ਇਹ ਸਭ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਜੇ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਥਾਂ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਰ ਆਨੰਦ ਨਾ ਕਦੇ ਘਟਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਇਕਸਾਰ ਆਤਮਿਕ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪ ਉਦਾਤ ਸੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਉਦਾਤ ਸੁੱਖ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਦੀ ਸਿਖਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਸਾ ਆਨੰਦ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਤੇ ਨਾਮੀ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਦਾ ਸਹਿਜ ਪਰਿਣਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਆਨੰਦੀ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਆਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਦਰਾ ਤੇ ਬਾਹਰਾ ਸਮਸਤ ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਅੰਤਰਿ ਖੂਹਟਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤਿ ਭਰਿਆ ਸਬਦੇ ਕਾਢਿ ਪੀਐ ਪਨਿਹਾਰੀ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 570)*
2. ਆਨੰਦੁ ਨਿਤ ਮੰਗਲੁ ਗੁਰ ਦਰਸਨੁ ਸਫਲੁ ਸੰਸਾਰਿ॥ *(ਸਵਈਏ ਮਹਲੇ ਚਉਥੇ ਕੇ ਗਯੰਦ, ਪੰਨਾ 1401)*
3. ਹਰ ਹਰਾ ਸੁਆਮੀ ਸੁਖਹ ਗਾਮੀ ਅਨਦ ਮੰਗਲ ਰਸੁ ਘਣਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 847)*

17.5.1 ਪਰਮਾਤਮ ਮਿਲਨ - 1

ਜਦ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਖੇੜੇ ਹੀ ਖੇੜੇ ਵਰਤ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਭ ਲੋਕ ਭਾਵੇਂ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਖ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਇਸਤਰੀ ਆਪਣੇ ਕੰਤ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਸੇਜ 'ਤੇ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਦਾ ਕੰਤ ਉਸ ਦੇ ਜਾਗਣ ਦੀ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਤੇ ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਲੰਘ ਗਈ। ਇਹ ਔਰਤ ਸੋਚਦੀ ਹੈ ਕਿ:

ਸੇਜੈ ਕੰਤ ਮਹੇਲੜੀ ਸੂਤੀ ਬੂਝ ਨ ਪਾਇ॥
ਹਉ ਸੁਤੀ ਪਿਰੁ ਜਾਗਣਾ ਕਿਸ ਕਉ ਪੂਛਉ ਜਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 54)*

ਅਸੀਂ ਆਪ ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਹਾਂ, ਭਾਵ ਅੰਧਕਾਰ ਵੱਸ ਤੇ ਅਗਿਆਨ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ (ਰੈਣ) ਬਿਤਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਜੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਸਾਂ ਵੇਖਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵਿਛੜੇ ਹੋਏ ਹਾਂ।

ਇਹ ਵਿਛੋੜਾ ਸਾਡੇ ਕਰਮਾਂ ਕਰ ਕੇ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਭਾਗ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵਿਛੋੜਾ (ਵਿਜੋਗ) ਮੁੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੋਵੇ।[1] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਵਿਚ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਮਿਲਣਾ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਹੈ।[2] ਸਤਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਆਪ ਵਿਚੋਲਾ ਬਣ ਕੇ ਜੀਵ ਦਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।[3]

ਸਤਿਗੁਰੂ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਲਈਏ ਤਾਂ ਮਨ ਮੰਨ ਜਾਂਦਾ ਹੈ[4] ਤੇ ਵਿਛੜੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੇਲਦਾ ਤਾਂ ਆਪ ਪ੍ਰਭੂ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵਿਚੋਲਗੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।[5] ਗੁਰੂ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਜੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਜੀਅ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਜੀਆ ਅੰਦਰਿ ਜੀਉ ਸਬਦੁ ਹੈ ਜਿਤੁ ਸਹ ਮੇਲਾਵਾ ਹੋਇ॥
ਬਿਨੁ ਸਬਦੈ ਜਗਿ ਆਨੇ੍ਰੁ ਹੈ ਸਬਦੇ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1250)*

ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਜਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਵ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਅੰਦਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬੈਠਾ ਹੋਇਆ, ਸਗੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਪਸਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[6]

---

1. ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਭਏ ਸੁਹੇਲੇ॥ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਬਿਛੁਰੇ ਮੇਲੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 191)*
2. ਆਪੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਆਪਿ ਹਰਿ ਆਪੇ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਇ॥
   ਆਪਿ ਦਇਆ ਕਰਿ ਮੇਲਸੀ ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਪੀਛੈ ਪਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 41)*
3. ਮੇਰੈ ਮਨਿ ਤਨਿ ਪ੍ਰੇਮੁ ਲਗਾ ਹਰਿ ਢੋਲੇ ਜੀਉ॥
   ਮੈ ਮੇਲੇ ਮਿਤ੍ਰੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਵੇਚੋਲੇ ਜੀਉ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਝ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 173)*
4. ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲਿਆ ਤਾ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਨਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਈ॥
   ਨਾਨਕ ਕਾਮਣਿ ਕੰਤੈ ਰਾਵੇ ਮਨਿ ਮਾਨਿਐ ਸੁਖੁ ਹੋਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 770)*
5. ਵਿਛੁੜਿਆ ਮੇਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਕਾ ਬਸੀਠੁ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 957)*
6. ਅੰਤਰਿ ਬਸੇ ਬਾਹਰਿ ਭੀ ਓਹੀ॥ ਨਾਨਕ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਸਭ ਮੋਹੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 294)*

17.5.2 ਪਰਮਾਤਮ ਮਿਲਨ - 2

ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤਿਆਗੀਏ। ਜੇ ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਚੌਰਾਸੀ ਲੱਖ ਜੂਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਲਈ ਤਰਸਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਅੰਤ ਨਿਸਤਾਰਾ ਉਸੇ ਵਿਚ ਹੈ।[1] ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ:

ਆਵਣ ਜਾਣਾ ਕਿਉ ਰਹੈ ਕਿਉ ਮੇਲਾ ਹੋਈ॥
ਜਨਮ ਮਰਣ ਕਾ ਦੁਖੁ ਘਣੋ ਨਿਤ ਸਹਸਾ ਦੋਈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧ ਕਾਫੀ, ਪੰਨਾ 422)*

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੂਨ ਇਸ ਮਿਲਾਪ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸਮਰੱਥ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤੇ ਮਾਇਆਵੀ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਮਗਰ ਹੀ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਭੀ ਉਹ ਸੋਚਦਾ ਹੈ, ਲੱਖਾਂ ਭਗਤ ਉਸ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਜਾਪ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਮੈਂ ਨਿਰਗੁਣ ਅਪਰਾਧੀ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ-ਮੇਲ ਦੀ ਕੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?[2]

ਪ੍ਰਭੂ "ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਾ ਭੁਖਾ" ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ-ਮਿਲਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤਾਂ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਜੀਵ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਜਗਾਵੇ ਤੇ ਫਿਰ ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਲੜ ਫੜ ਲਵੇ।[3] ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਆਪਣੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲਾਪ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।[4] ਉਹ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਨ ਹੀ ਔਕੜ ਹੈ। ਸੋ, ਮਨ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਭੇਟ ਚੜ੍ਹਾ ਦਿਓ। ਮਨ ਚਲਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।[5]

ਗੁਰੂ ਪਾਸ ਵੀ ਨਿਮਾਣਾ ਹੋ ਕੇ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਨਿਮਾਣਿਆਂ ਦਾ ਗੁਰੂ ਮਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਤਨਾ ਕੋਈ ਨਿਮਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਤਨੀ ਵੱਧ ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।[6]

ਜਿਹੜੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਸੱਚੇ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਰੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰ ਮਘਦਾ ਤੇ ਲਿਵਤਾਰ ਬੱਝਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।[7] ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਦਿਨ ਰਾਤ ਸੁਹੇਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਹਰ ਪਲ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[8] ਐਸੇ ਭਾਗਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਲੁਡਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ:

ਬਾਹ ਪਕੜਿ ਤਿਸੁ ਸੁਆਮੀ ਮੇਲੈ ਜਿਸ ਕੈ ਮਸਤਕਿ ਲਹਣਾ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 109)*

ਫਿਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਮੇਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮੁੜ ਕਦੇ ਵਿਛੜਦਾ ਨਹੀਂ:

ਨਾਨਕ ਜਿਸ ਨੋ ਮੇਲੇ ਨ ਵਿਛੁੜੇ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵੈ ਸੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 88)*

---

1. ਲਖ ਚਉਰਾਸੀਹ ਤਰਸਦੇ ਜਿਸੁ ਮੇਲੇ ਸੋ ਮਿਲੈ ਹਰਿ ਆਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 29)*
2. ਲਾਖ ਭਗਤ ਆਰਾਧਹਿ ਜਪਤੇ ਪੀਉ ਪੀਉ॥
   ਕਵਨ ਜੁਗਤਿ ਮੇਲਾਵਉ ਨਿਰਗੁਣ ਬਿਖਈ ਜੀਉ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫ ਕਾਫੀ, ਪੰਨਾ 397)*
3. ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਭਗਤਿ ਸਾਚੀ ਹੋਇ॥ ਪੂਰੈ ਗੁਰਿ ਮੇਲਾਵਾ ਹੋਇ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1129)*
4. ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਮੇਲਾਵਾ ਹੋਇ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1174)*
5. ਵਾਦਿ ਅਹੰਕਾਰਿ ਨਾਹੀ ਪ੍ਰਭ ਮੇਲਾ॥ ਮਨੁ ਦੇ ਪਾਵਹਿ ਨਾਮੁ ਸੁਹੇਲਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226)*
6. ਹੋਇ ਨਿਮਾਣੀ ਢਹਿ ਪਵਾ ਪੂਰੇ ਸਤਿਗੁਰ ਪਾਸਿ॥
   ਨਿਮਾਣਿਆ ਗੁਰੁ ਮਾਣੁ ਹੈ ਗੁਰੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕਰੇ ਸਾਬਾਸਿ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 41)*
7. ਸਚਿ ਰਤੇ ਗੁਰ ਸਬਦ ਸਿਉ ਤਿਨ ਸਚੀ ਸਦਾ ਲਿਵ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 88)*
8. ਰੈਣਿ ਸੁਹਾਵੜੀ ਦਿਨਸੁ ਸੁਹੇਲਾ॥ ਜਪਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੰਤਸੰਗਿ ਮੇਲਾ॥
   ਘੜੀ ਮੂਰਤ ਸਿਮਰਤ ਪਲ ਵੰਞਹਿ ਜੀਵਣੁ ਸਫਲੁ ਤਿਥਾਈ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 107)*

17.5.3 ਪਰਮਾਤਮ ਮਿਲਨ - 3 (ਸੋਹਾਗ)

ਦਰ ਢੱਠਿਆਂ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖਣਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸੁਹਾਵਾ ਬਿਰਦ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਉਣ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਵਿਚਲੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਰੂਪਕ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਰੂਪਕ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਮਤਿ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪੁਰਖ ਕੇਵਲ ਇਕ ਹੈ, ਹੋਰ ਸਭ (ਸੰਸਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਮਰਦ ਹਨ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਤੀਵੀਆਂ) ਉਸ ਦੀਆਂ ਗੋਪੀਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਨ।[1] ਸਭ ਨੇ ਸੇਜਾ ਵਿਛਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀਆਂ ਉਡੀਕਵਾਨ ਹਨ। ਪ੍ਰਭੂ ਤਾਂ ਸੁਧਾ ਪਿਆਰ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਆਪ ਅਗਾਊਂ ਉਸ ਸੇਜਾ ਉਪਰ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੈ। ਪਰ ਮੂਰਖ ਇਸਤਰੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਵਿਚਾਲੇ ਕੰਧ ਵਰਗਾ ਕਰੜਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਦਾ ਤਾਣ ਰੱਖਿਆ ਹੈ।[2] ਇਸਤਰੀ ਨੇ ਸੋਲਾਂ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਤਾਂ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰ ਪਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਰੂਪੀ ਘਰ ਬਿਰਹੋਂ ਦੇ ਭੱਠੇ ਵਿਚ ਪਿਆ ਸੜਦਾ ਹੈ।[3] ਇਕ ਰੂਪਕ ਹੋਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ : ਝੱਲੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੂਪ ਦਾ ਮਾਣ ਹੈ। ਪਤੀ ਘਰ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਮਾਣਮਤੀ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰ ਕੇ ਬੈਠ ਗਈ ਹੈ, ਬਜਾਇ ਪਤੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪਿਆਰ ਮਾਣਨ ਦੇ।[4] ਐਸੀਆਂ ਸਭ ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੁਹਾਗਣਾਂ ਹਨ। ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ, 'ਦੁਹਾਗਣ ਦੀ ਕੀ ਪਛਾਣ ਹੈ ?' ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦਾ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕੀਆਂ ਤੇ ਸ਼ਰਮਿੰਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹਨ।[5]

ਇਹਨਾਂ ਦੁਹਾਗਣਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, 'ਚਲੋ ਕਿਸੇ ਸੁਹਾਗਣ ਕੋਲੋਂ ਜਾ ਪੁੱਛੋ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਪਤੀ ਕਿਵੇਂ ਪਾਈਦਾ ਹੈ ?'

ਜਾਇ ਪੁਛਹੁ ਸੋਹਾਗਣੀ ਵਾਹੈ ਕਿਨੀ ਬਾਤੀ ਸਹੁ ਪਾਈਐ॥
ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰੇ ਸੋ ਭਲਾ ਕਰਿ ਮਾਨੀਐ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਚੁਕਾਈਐ॥
ਜਾ ਕੈ ਪ੍ਰੇਮਿ ਪਦਾਰਥੁ ਪਾਈਐ ਤਉ ਚਰਣੀ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ॥
ਸਹੁ ਕਹੈ ਸੋ ਕੀਜੈ ਤਨੁ ਮਨੋ ਦੀਜੈ ਐਸਾ ਪਰਮਲੁ ਲਾਈਐ॥
ਏਵ ਕਹਹਿ ਸੋਹਾਗਣੀ ਭੈਣੇ ਇਨੀ ਬਾਤੀ ਸਹੁ ਪਾਈਐ॥
ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ ਤਾ ਸਹੁ ਪਾਈਐ ਅਉਰੁ ਕੈਸੀ ਚਤੁਰਾਈ॥
ਸਹੁ ਨਦਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਸੋ ਦਿਨੁ ਲੇਖੈ ਕਾਮਣਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ॥
ਆਪਣੇ ਕੰਤ ਪਿਆਰੀ ਸਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਨਾਨਕ ਸਾ ਸਭਰਾਈ॥
ਐਸੇ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਸਹਜ ਕੀ ਮਾਤੀ ਅਹਿਨਿਸਿ ਭਾਇ ਸਮਾਣੀ॥
ਸੁੰਦਰਿ ਸਾਇ ਸਰੂਪ ਬਿਚਖਣਿ ਕਹੀਐ ਸਾ ਸਿਆਣੀ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)*

---

1. ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਪੁਰਖੁ ਏਕੁ ਹੈ ਹੋਰ ਸਗਲੀ ਨਾਰਿ ਸਬਾਈ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 591)*
2. ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1263)*
3. ਹਰਿ ਨਾਹ ਨ ਮਿਲੀਐ ਸਾਜਨੈ ਕਤ ਪਾਈਐ ਬਿਸਰਾਮ॥
   ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਹਰਿ ਕੰਤੁ ਨ ਪ੍ਰਗਟਈ ਭਠਿ ਨਗਰ ਸੇ ਗ੍ਰਾਮ॥ *(ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 133)*
4. ਇਆਨੜੀਏ ਮਾਨੜਾ ਕਾਇ ਕਰੇਹਿ॥ ਆਪਨੜੈ ਘਰਿ ਹਰਿ ਰੰਗੋ ਕੀ ਨ ਮਾਣੇਹਿ॥
   ਸਹੁ ਨੇੜੈ ਧਨ ਕੰਮਲੀਏ ਬਾਹਰੁ ਕਿਆ ਢੂਢੇਹਿ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)*
5. ਦੋਹਾਗਣੀ ਕਿਆ ਨੀਸਾਣੀਆ॥ ਖਸਮਹੁ ਘੁਥੀਆ ਫਿਰਹਿ ਨਿਮਾਣੀਆ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 72)*